

主辦單位：基督教宣道會東涌堂教育中心
Christian and Missionary Alliance
Tung Chung Church Education Centre

纖體舞/勁舞課程



舞蹈教練: Miss Lee

纖體舞蹈課程: 可選Rumba, Cha Cha、中國舞、扇舞、絲巾舞, 適合婦女或長者

時間: 星期一上午十時或十一時

纖體勁舞課程: 可選爵士舞, K-POP, Aerobic dance, 適合中學生/成人

時間: 星期一或二或三晚下午六時或七時或八時

\$400/4堂 (每堂一小時) 纖體舞蹈/勁舞課程

包括: 集體舞訓練

— 融合各種舞步, 易於學習, 可修身

— 能減慢機能衰退, 活化身心

— 能訓練四肢、背部肌肉

— 強化骨骼, 有助改善四肢平衡和協調能力 (每堂一小時)

幼兒/兒童若有興趣參加
上述任何一款舞蹈課程,
可另選時間。\$400/4堂

(每堂一小時)

如欲報名, 請前往

上課地址: 東涌逸東村逸東商場1樓102號舖

查詢電話: 3141-7319

電郵: centre@tcac.org.hk

網址: <http://tcac.org.hk/centre.html>

學校註冊編號/School Reg. No.: 569763