

Miss Yon

活動編號	活動名稱	開始日期	星期	活動時間
元朗中心				
NZ13007G	普拉蒂(Pilates)運動	1月6日	六	下午4:15-5:15
天水圍中心				
NW13006	普拉提深層伸展纖體班	1月3日	三	晚上7:00-8:00
NW13279	普拉提環 (Pilates Ring) 運動	1月6日	六	下午1:30-3:00
屯門中心				
NP13006A	普拉提深層伸展纖體班	1月8日	一	晚上8:05-9:05
NP13006B	普拉提深層伸展纖體班	1月8日	一	晚上9:10-10:10
NP13006C	普拉提深層伸展纖體班	1月4日	四	晚上7:40-8:40
NP13015A	女子拳擊(KICK BOXING)健美操初階	1月8日	一	晚上7:00-8:00
NP13279	普拉提環 (Pilates Ring) 運動	1月4日	四	晚上8:45-10:15
尖沙咀中心				
LV13006A	普拉提深層伸展纖體班	1月4日	四	下午2:20-3:20
LV13015	女子拳擊(KICK BOXING)健美操初階	1月4日	四	上午9:30-10:30
LV13279A	普拉提環 (Pilates Ring) 運動	1月4日	四	上午10:35-12:05
LV13279B	普拉提環 (Pilates Ring) 運動	1月4日	四	下午3:25-4:55
荃灣中心				
NL13006A	普拉提深層伸展纖體班	1月3日	三	下午12:30-1:30
NL13006C	普拉提深層伸展纖體班	1月6日	六	上午8:20-9:20
NL13279A	普拉提環 (Pilates Ring) 運動	1月3日	三	下午1:35-3:05
NL13279B	普拉提環 (Pilates Ring) 運動	1月6日	六	上午9:30-11:00
NL15047	“KPOP” 韓國MV舞步	1月6日	六	上午11:05-12:05

課程資料來源 : <https://www.hkftustsc.org/info/index2.html>

更新日期 : 2017-10-19 00:49:10

Miss Pui

活動編號	活動名稱	開始日期	星期	活動時間
元朗中心				
NZ13015B	女子拳擊(KICK BOXING)健美操初階	1月6日	六	下午3:10-4:10
NZ15047D	“KPOP” 韓國MV舞步	1月6日	六	下午1:00-2:00
NZ15047E	“KPOP” 韓國MV舞步	1月6日	六	下午2:05-3:05
天水圍中心				
NW15047	“KPOP” 韓國MV舞步	1月3日	三	晚上8:05-9:05
NW15048	MTV 舞步	1月3日	三	晚上9:10-10:10
屯門中心				
NP13006D	普拉提深層伸展纖體班	1月7日	日	晚上6:25-7:25
NP13015B	女子拳擊(KICK BOXING)健美操初階	1月7日	日	下午5:20-6:20
NP15048	MTV 舞步	1月7日	日	下午4:15-5:15
尖沙咀中心				
LV15047	“KPOP” 韓國MV舞步	1月4日	四	下午12:10-1:10
LV15048	MTV 舞步	1月4日	四	下午1:15-2:15
荃灣中心				
NL13015A	女子拳擊(KICK BOXING)健美操初階	1月3日	三	下午4:15-5:15
NL15048	MTV 舞步	1月3日	三	下午3:10-4:10

課程資料來源 : <https://www.hkftustsc.org/info/index2.html>

更新日期 : 2017-10-19 00:49:10