



泳班費用

課程之班別：

初級班: 完全不懂泳術，同時不能自行游畢50公尺，課程以教授蛙式為主。

中級班: 參加者能以任何泳式游畢50公尺者均可參加。課程以教授自由式為主、蛙式耐力訓練及泳術改良。

高級班: 基本能掌握自由泳及蛙泳基本技術及各自游畢200公尺以上課程集中教背泳及蝶泳基本技術為主, 及四式混合泳訓練,轉身及跳水技術改良達到強身健體為目標。

泳班費用如下：

2014年9、10月份泳班收費	
初級班	每期HK1,200.00 (8堂) 每堂一小時
	小組訓練班 4 人為1組、每 1 組有1教練、每小組最少 1 人才會開班。
	初班如需試堂請付HK\$250.00/1堂
中級班	每期HK\$1,100.00 (8堂) 每堂 1 小時
	中班如需試堂請付HK\$250.00/1堂
高級班	每期HK\$1,000.00 (8堂) 每堂一小時
	高班如需試堂請付HK\$250.00/1堂
個別教授班	林德明總教練親自教授、每小時HK\$700.00
	助教個別教授、每小時HK\$450.00