

## 2021年10至12月興趣班組一覽表

編號	班組名稱	開課日期	星期	上課時間	活動室	收費(\$)		堂數	名額	導師
						長者	先進			
1	素描與塑膠彩班	10月4日至12月20日	一	09:00-11:00	1	\$630	\$640	12	10	羅國華
2	莊氏國畫班(山水畫)	10月11日至1月3日	一	09:00-10:00	2+3	\$720	\$730	12	6	莊碧芳
3	莊氏書法班	10月11日至1月3日	一	10:10-11:10	2+3	\$480	\$490	12	14	莊碧芳
4	莊氏國畫班(花鳥畫)	10月11日至1月3日	一	11:20-12:20	1	\$480	\$490	12	12	莊碧芳
5	梁氏健體運動班	10月4日至12月20日	一	11:30-12:45	2+3	\$360	\$370	12	15	梁結文
6	聽歌學英文班	10月4日至12月20日	一	14:00-15:30	1	\$300	\$310	12	15	莊斯敦
7	纖體舞 A 班	10月4日至12月20日	一	14:30-15:45	2+3	\$240	\$250	12	12	Emily Chan
8	纖體舞 B 班	10月4日至12月20日	一	15:45-17:00	2+3	\$240	\$250	12	12	Emily Chan
9	纖體舞 C 班	10月12日至12月28日	二	10:00-11:45	2+3	\$300	\$310	12	12	Emily Chan
10	卡拉 OK 班(A)	10月5日至12月28日	二	12:00-13:30	2+3	\$280	\$280	10	15	Debbie Lok
11	插花班	11月2日至12月28日	二	13:00-14:15	1	\$240	\$250	8	10	紀鴻玉
12	卡拉 OK 班(B)	10月5日至12月28日	二	13:30-15:00	2+3	\$280	\$280	10	15	Debbie Lok
13	普通話成教班	10月5日至12月7日	二	15:30-17:00	2+3	\$20	\$20	10	19	傅京懷
14	初階和諧粉彩班	10月19日至1月4日	二	15:00-16:30	1	\$336	\$346	12	10	鄭楚楚
15	二胡班中班	10月20日至12月29日	三	09:30-11:00	1	\$688	\$698	11	11	朱立康
16	活力功太極八式 A 班	10月13日至12月29日	三	10:00-11:00	2+3	\$312	\$322	12	15	譚漢鈞
17	活力功太極八式 B 班	10月13日至12月29日	三	11:05-12:05	2+3	\$312	\$322	12	15	譚漢鈞
18	二胡班初班	10月20日至12月29日	三	11:15-12:15	1	\$468	\$478	11	11	朱立康
19	卡拉 OK 班(C)	10月6日至12月29日	三	13:15-14:45	2+3	\$336	\$346	10	15	Debbie Lok
20	樂在耆中歌唱班	10月6日至12月29日	三	13:30-15:00	1	\$330	\$340	13	12	劉孝揚
21	瑜伽 A 班	10月13日至1月5日	三	15:00-16:00	2+3	\$420	\$430	13	12	Quail Wong
22	瑜伽 B 班	10月13日至1月5日	三	16:10-17:10	2+3	\$420	\$430	13	12	Quail Wong
23	莊氏篆書(B)班	10月7日至12月30日	四	09:00-10:00	1	\$480	\$490	13	14	莊碧芳
24	多元化集體舞初班	10月28日至12月30日	四	09:00-10:30	2+3	\$200	\$210	10	20	Shirley Kwok
25	莊氏國畫班	10月7日至12月30日	四	10:10-11:10	1	\$480	\$490	13	23	莊碧芳
26	粵曲小曲班	10月7日至12月30日	四	10:45-12:15	2+3	\$300	\$310	13	25	曾潔萍/符筱筠
27	莊氏篆書(A)班	10月7日至12月30日	四	11:20-12:20	1	\$480	\$490	13	14	莊碧芳
28	瑜伽 C 班	10月7日至12月30日	四	14:00-15:00	2+3	\$420	\$430	13	12	Queenie Yeung
29	禪繞畫入門班	10月21日至1月6日	四	15:15-16:15	1	\$288	\$298	13	10	鄭楚楚
30	卡拉 OK 班(D)	10月7日至12月30日	四	15:30-17:00	2+3	\$336	\$346	10	15	Debbie Lok
31	鍾氏國畫班	10月15日至12月24日	五	13:00-14:15	1	\$330	\$340	11	12	鍾鳳初
32	鍾氏書法班	10月15日至12月24日	五	14:15-15:45	1	\$330	\$340	11	16	鍾鳳初
33	方氏健體運動班	10月8日至12月24日	五	16:00-17:00	1	\$300	\$310	12	12	方國輝
34	羅氏綜合畫班	10月2日至12月18日	六	09:45-11:45	1	\$630	\$640	12	10	羅國華

備註：1.部份興趣班組已經滿額，只可登記後備名單，報名前可向職員了解情況。

2.如開課日期有任何更新，最遲開課前3至4個工作天聯絡參加者，額滿即止。

3.除特別註明外，所有活動皆以會員優先報名。

### 多元化集體舞（體驗堂）

日期：10月21日（星期四）

時間：上午9:00-10:00

地點：活動室 2+3

費用：全免

名額：20位

對象：有興趣人士

（不需要舞蹈經驗）

內容：體驗多元化集體舞

鳴謝：導師 Shirley Kwok



### 多元化集體舞初班

日期：10月28日至12月30日

（逢星期四，共10堂）

時間：上午9:00-10:30

地點：活動室 2+3

費用：\$200（長者會員）\$210（先進會員）

名額：20位

內容：教授多種類形的集體舞，由淺入深，適合初學者及有興趣人士，由導師 Shirley Kwok 任教。



**生活興趣**（如開課日期有任何更新，最遲開課前 3 至 4 個工作天聯絡參加者，額滿即止。）

班組名稱	活動日期/時間	收費	內容	名額/備註
梁氏健體運動班 由體適能老師 梁結文女士教授	10月4日-12月20日 (12堂)(星期一) 上課時間：11:30-12:45	\$360(長者會員) \$370(先進會員)	教授用不同動作，如少許跳動、站立、再加插橡筋帶教授不同在家中合適練習健體伸展運動，以增加集中力、專注力。 班組報名日期：9月13日起	25位
樂在耆中歌唱班 由聲樂導師 劉孝揚先生教授	10月6日-12月29日 (13堂)(星期三) 上課時間：13:30-15:00	\$330(長者會員) \$340(先進會員)	如何了解自己對歌曲之掌握，教授世界名曲、中國民歌、電影歌曲懷舊金曲。 班組報名日期：9月25日起	12位
粵曲小曲班 由曾潔萍、符筱筠 老師教授	10月7日-12月30日 (13堂)(星期四) 上課時間：10:45-12:15	\$300(長者會員) \$310(先進會員)	此班組會教授粵曲小曲，導師會以男女聲來教授，適合有興趣人士。 班組報名日期：9月16日起	25位
活力功太極八式班 由譚漢鈞先生教授	10月13日-12月29日 (12堂)(星期三) 上課時間： A班：10:00-11:00 B班：11:05-12:05	\$312(長者會員) \$322(先進會員) 每一班收費	活力太極功是一系列精簡，易學而有效的功法，籍以增強氣血運行，讓人體上下及前後得到舒展，增強體質，提高運動質量。 班組報名日期：9月15日起	每班可收 15 位

**文化藝術班組**（如開課日期有任何更新，最遲開課前 3 至 4 個工作天聯絡參加者，額滿即止。）

班組名稱	活動日期/時間	收費	內容	名額/備註
鍾氏國畫／書法班 由鍾鳳初老師教授	10月15日-12月24日 (11堂)(星期五) 上課時間： 國畫：13:00-14:00 書法：14:15-15:45	\$330(長者會員) \$340(先進會員) 每一班收費	<國畫>課程適合對山水畫有興趣和基本認識人士，教授山水畫畫法、上顏色、構圖知識和技巧(包括畫山、石、水流技巧)，導師會在堂上試範和更改同學功課。 <書法>課程適合對書法有興趣和基本認識人士，老師會循序漸進教授，令參加者可以對內容有認識和學習，課程教授行楷、草書書法。 班組報名日期：9月17日起	每班可收 16 位

羅氏綜合畫班 由羅國華老師教授	10月2日-12月18日 (13堂)(星期六) 上課時間：09:45-11:45	\$630(長者會員) \$640(先進會員)	教授水墨畫、油粉彩和塑膠彩的畫法。 班組報名日期：9月18日起	10位
禪繞畫入門班 由鄭楚楚女士教授	10月21日-1月6日 (12堂)(星期四) 上課時間：15:15-16:15	\$288(長者會員) \$298(先進會員)	禪繞畫是用簡單線條重複繪畫，構成完整圖案，只需一枝針筆便可完成一幅畫作，從繪畫中可加強集中力及耐性，適合任何人士參加。 班組報名日期：9月16日起	12位
莊氏國畫／書法班 由莊碧芳老師教授	10月11日-1月3日 (12堂)(星期一) 上課時間： 山水：09:00-10:00 書法：10:10-11:10 花鳥：11:20-12:20	山水： \$720(長者會員) \$730(先進會員) 書法／花鳥： \$480(長者會員) \$490(先進會員) 每一班收費	<山水>透過課堂學習，可掌握寫樹，瀑布、渲染技巧。 <書法>教授行書書法。 <國畫>教授嶺南派的花鳥畫，結合中國畫筆、墨色特點，會用簡單的方法，把花鳥畫的技巧逐一分析，讓學員容易學習。 班組報名日期：9月13日起	每班可收20位
莊氏 篆書／國畫初班 由莊碧芳老師教授	10月7日-12月30日 (12堂)(星期四) 上課時間： 篆書B：09:00-10:00 國畫班：10:10-11:10 篆書A：11:20-12:20	\$480(長者會員) \$490(先進會員) 每一班收費	<國畫>適合初學入門，教授花鳥畫入門，設色和描法。 <篆書>適合初學者，透過篆書書寫，掌握書法中鋒行筆法，並在字形結構上，了解文字形體均衡要訣。 班組報名日期：9月16日起	每班可收12位
聽歌學英文 由莊斯敦先生教授	10月7日-12月30日 (12堂)(星期四) 上課時間： 14:00-15:30	\$480(長者會員) \$490(先進會員)	會依以下日期，教授相關英文歌曲 會派發中英對照歌詞，從而認識歌曲內容 1.(4/10) Right Here Waiting 2.(11/10) Summer Wine    3.(18/10) The Winner Takes It All 4. (25/10) As Tears Go By    5.(1/11) Honey 6.(8/11) For The First Time    7.(15/11) Big Big World 8.(22/11) Don't Cry For Me Argentina 9.(29/11) Lemon Tree    10.(6/12) Part Of The Game 11.(13/12) Seven Daffodils 12.(20/12) The Sound Of Silence	14位

# 仁愛堂田家炳銅鑼灣長者活動中心：2021年10月份活動一覽表（活動如有更改，一切以中心公佈為準）

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
31/10					1/10 國慶日 (公眾假期)	2/10 上午： 羅氏綜合畫班 音樂快遞匯演
3/10	4/10 上午： 素描與塑膠彩班 莊氏書法班 莊氏國畫班（山水／花鳥畫） 梁氏健體運動班 下午： 聽歌學英文班 織體舞班	5/10 上午： 織體舞班 下午： 卡拉OK班（A/B班） 插花班 普通話成教班 初階和諧粉彩班	6/10 上午： 二胡班（中班／初班） 活力功太極八式班（A/B班） 下午： 卡拉OK班（C班） 樂在耆中歌唱班 瑜珈班（A/B班）	7/10 上午： 莊氏篆書班（A/B班） 莊氏國畫班 粵曲小曲班 下午： 瑜珈班（C班） 禪繞畫入門班 卡拉OK班（D班）	8/10 上午： 齊齊玩飛鏢 接種季節性流感疫苗 下午： 鍾氏國畫班 鍾氏書法班 方氏健體運動班 紮染作品展覽展板製作	9/10 上午： 羅氏綜合畫班
10/10	11/10 上午： 素描與塑膠彩班 莊氏書法班 莊氏國畫班（山水／花鳥畫） 梁氏健體運動班 下午： 聽歌學英文班 織體舞班	12/10 上午： 織體舞班 護老者講座：尋人新科技--協助 有走失風險腦退化人仕 下午： 卡拉OK班（A/B班） 插花班 普通話成教班 初階和諧粉彩班	13/10 上午： 二胡班（中班／初班） 活力功太極八式班（A/B班） 下午： 卡拉OK班（C班） 樂在耆中歌唱班 瑜珈班（A/B班）	14/10 重陽節 (公眾假期)	15/10 上午： 齊齊玩飛鏢 下午： 鍾氏國畫班 鍾氏書法班 方氏健體運動班	16/10 上午： 羅氏綜合畫班
17/10	18/10 上午： 素描與塑膠彩班 莊氏書法班 莊氏國畫班（山水／花鳥畫） 梁氏健體運動班 量出健康人生計劃：驗血糖 下午： 聽歌學英文班 織體舞班	19/10 上午： 織體舞班 網上環保工作坊 「REUSE 廚餘再食用」講座 下午： 卡拉OK班（A/B班） 插花班 普通話成教班 初階和諧粉彩班	20/10 上午： 二胡班（中班／初班） 活力功太極八式班（A/B班） 下午： 卡拉OK班（C班） 樂在耆中歌唱班 瑜珈班（A/B班） 會員諮詢委員會會議	21/10 上午： 莊氏篆書班（A/B班） 莊氏國畫班 粵曲小曲班 多元化集體舞（體驗堂） 下午： 瑜珈班（C班） 禪繞畫入門班 卡拉OK班（D班）	22/10 上午： 抓子製作工作坊／抓子比賽 下午： 鍾氏國畫班 鍾氏書法班 方氏健體運動班	23/10 上午： 羅氏綜合畫班
24/10	25/10 上午： 素描與塑膠彩班 莊氏書法班 莊氏國畫班（山水／花鳥畫） 梁氏健體運動班 下午： 聽歌學英文班 織體舞班	26/10 上午： 中心例會 視光師講座 織體舞班 下午： 卡拉OK班（A/B班） 插花班 普通話成教班 初階和諧粉彩班	27/10 上午： 二胡班（中班／初班） 活力功太極八式班（A/B班） 下午： 卡拉OK班（C班） 樂在耆中歌唱班 瑜珈班（A/B班）	28/10 上午： 莊氏篆書班（A/B班） 多元化集體舞初班 莊氏國畫班 粵曲小曲班 下午： 瑜珈班（C班） 禪繞畫入門班 卡拉OK班（D班）	29/10 上午： 齊齊玩飛鏢 普拉提班 陰瑜珈班（A/B班） 下午： 鍾氏國畫班 鍾氏書法班 方氏健體運動班	30/10 上午： 羅氏綜合畫班 真·義園義工聚會