

# 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20日至1月12日	三	15:00-16:00	2+3	\$420	\$430	13	12	Quail Wong
22	瑜伽 B 班	10月20日至1月12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	普拉提班	10月29日至12月31日	五	09:30-10:30	2+3	\$400	\$410	10	12	Carol
32	陰瑜伽班 A	10月29日至12月31日	五	10:35-11:35	2+3	\$400	\$410	10	12	Carol
33	陰瑜伽班 B	10月29日至12月31日	五	11:40-12:40	2+3	\$400	\$410	10	12	Carol
34	鍾氏國畫班	10月22日至12月31日	五	13:00-14:15	1	\$330	\$340	11	12	鍾鳳初
35	鍾氏書法班	10月22日至12月31日	五	14:15-15:45	1	\$330	\$340	11	16	鍾鳳初
36	方氏健體運動班	10月15日至12月31日	五	16:00-17:00	1	\$300	\$310	12	12	方國輝
37	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。

**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	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22日-12月31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	16位

<b>羅氏綜合畫班</b> 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
<b>禪繞畫入門班</b> 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	10位
<b>莊氏國畫／書法班</b> 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	20位
<b>莊氏篆書／國畫初班</b> 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	12位
<b>唱歌學英文</b> 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	\$300(長者會員) \$310(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