

# 2023 / 三至四月常規課程



## 香港跳繩精英訓練社

Hong Kong Rope Skipping Union (HKRSU)

### 葵興課程資料

#### 興趣班

##### 初班

適合6歲至8歲  
未曾接觸或跳繩經驗少於一年之學員  
每月\$450(試堂\$130/堂)

##### CS-05A

3/3, 10/3, 17/3, 24/3, 31/3 (星期五)

7/4, 14/4, 21/4, 28/4 (星期五)

4:00 – 5:00pm

有新班啦



##### CS-06A1(適合5歲至7歲) & A2

4/3, 11/3, 18/3, 25/3 (星期六)

1/4, 8/4, 15/4, 22/4, 29/4 (星期六)

(CS-06A1) 11:45 – 12:45pm  
/ (CS-06A2) 3:00 – 4:00pm

##### 進階

適合8歲或以上  
有花式跳繩經驗或已完成興趣班(初班)之學員  
每月\$500(試堂\$150/堂)

##### CS-04B

2/3, 9/3, 16/3, 23/3, 30/3 (星期四)

6/4, 13/4, 20/4, 27/4 (星期四)

5:00 – 6:30pm

##### CS-05B

3/3, 10/3, 17/3, 24/3, 31/3 (星期五)

7/4, 14/4, 21/4, 28/4 (星期五)

5:00 – 6:30pm

有新班啦



##### CS-06B1 & B2

4/3, 11/3, 18/3, 25/3 (星期六)

1/4, 8/4, 15/4, 22/4, 29/4 (星期六)

(CS-06B1) 1:00 – 2:30pm  
/ (CS-06B2) 4:15 – 5:45pm

#### 精英培訓班

##### 初班

適合花式跳繩校隊參與(需教練推薦)  
每月\$600(試堂\$180/堂)

##### CS-MA06

4/3, 11/3, 18/3, 25/3 (星期六)

1/4, 8/4, 15/4, 22/4, 29/4 (星期六)

9:00 – 11:30 am

3-4月網上報名表



葵涌大連排道83號, K83, 1503室(由葵興地鐵站E出口步行約5分鐘)

立即報名!

#### 歡迎查詢

☎ 9227 1871 / 6580 1700

📠 3461 0065

✉ hkrsu.asia@gmail.com

🌐 www.hkrsu.com

📷 hkrsu.aces

🔍 hkrsu

📍 Office 03, 15/F, K83, No.83 Tai Lin Pai Road, Kwai Chung, Hong Kong