

2023 / 九至十一月常規課程



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 2023-24年第一期恆常班

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

1/9, 8/9, 15/9, 22/9, 29/9 (星期五)

6/10, 13/10, 20/10, 27/10 (星期五)

3/11, 10/11, 17/11, 24/11 (星期五)

4:00 – 5:00pm

CS-06A(適合5歲至7歲)

2/9, 9/9, 16/9, 23/9, 30/9 (星期六)

7/10, 14/10, 21/10, 28/10 (星期六)

4/11, 11/11, 18/11, 25/11 (星期六)

(CS-06A1) 1:30 – 2:30pm



進階 2023-24年第一期恆常班

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-05B

1/9, 8/9, 15/9, 22/9, 29/9 (星期五)

6/10, 13/10, 20/10, 27/10 (星期五)

3/11, 10/11, 17/11, 24/11 (星期五)

5:00 – 6:30pm

CS-06B

2/9, 9/9, 16/9, 23/9, 30/9 (星期六)

7/10, 14/10, 21/10, 28/10 (星期六)

4/11, 11/11, 18/11, 25/11 (星期六)

(CS-06B1) 2:30 – 4:00pm

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

2/9, 9/9, 16/9, 23/9, 30/9 (星期六)

7/10, 14/10, 21/10, 28/10 (星期六)

4/11, 11/11, 18/11, 25/11 (星期六)

4:00 – 6:30 pm

9-11月網上報名表



立即報名!

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)

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