



本會簡介

亞洲婦女協進會成立於1972年，為一所非牟利社會服務機構。本會的服務宗旨是本著「敬老、愛老、護老」之精神使長者之生活變得更豐富及有意義。

中心簡介

何梁潔庭自負盈虧活動中心以多元化及靈活的手法，協助會員在社區建立社交網絡，並推動會員積極參與社區義工活動。本中心禮堂設有落地玻璃及更備有優質音響。

報名路綫

請各參加者到本會大閘「更庭」通知職員，並沿停車區前往中心，並由玻璃門大堂入口進入何梁潔庭自負盈虧活動中心報名及查詢。

報名方法

請致電2337 6674或Whatsapp9549 9674查詢報名事宜，或親臨本中心報名。

中心服務資料

星期一至星期六上午九時至下午五時，星期日及公眾假期休息

中心地址：九龍塘禧福道三號

服務對象：年滿四十歲之香港居民(男女均可)

會員福利：報讀中心課程可享受會員之優惠

會員費用：\$250/年

班組簡介



太極班



課堂內容：教授太極各種動作和技巧，本課程
主要教授吳式鄭家太極拳。

上課時間：(逢星期一)上午10:00-11:30

課堂導師：陳瑞蓮老師

上課地點：本中心禮堂

每期堂數：共8堂

每期費用：\$360 (中心會員)/\$440 (非中心會員)

課堂備註：請穿著輕便運動服上課

手工藝班

課堂內容：教授編織及手工藝術。

上課時間：(逢星期一)上午10:30-12:00

課堂導師：陳葉味玲老師

上課地點：本中心小組室

每期堂數：共8堂

每期費用：\$400 (中心會員)/\$480 (非中心會員)





排排舞

課堂內容：排排舞的意思是齊齊跳的集體舞，起源於美國西部，適合任何年齡人士參加。

上課時間：(逢星期一)下午2:30-4:00或
(逢星期三)上午11:00-12:30

課堂導師：Ms Jane Wong

上課地點：本中心禮堂

每期堂數：共4堂

每期費用：\$360 (中心會員)/\$410 (非中心會員)

手機班

課堂內容：以輕鬆易入的手法教智能手機知識。

上課時間：(逢星期一)下午2:30 至4:00

課堂導師：駱挺才老師

上課地點：本中心小組室

每期堂數：共4堂

每期費用：\$600(中心會員)/\$650(非中心會員)



無伴奏合唱班

課堂內容：以輕鬆易學的手法深入淺出教授無伴奏合唱聲樂技巧，此班組與賽馬會“耆樂唱一舖”計劃合作。

上課時間：(逢星期二)上午10:30 至12:00

課堂導師：鄧曉思老師

上課地點：本中心小組室

每期堂數：共4堂

每期費用：\$300(中心會員)/\$350 (非中心會員)

韓國流行音樂舞蹈

課堂內容：活潑的手法配合韓國流行音樂跳舞。

上課時間：(逢星期二)中午12:00至13:00

課堂導師：黃只翹老師

上課地點：本中心禮堂

每期堂數：共4堂

每期費用：\$400 (中心會員)/\$450 (非中心會員)





手提電子琴班

課堂內容：導師在課堂教授學員彈奏電子琴為主及配合其強大的功能作即時演奏，導師教導經驗已經超過30年。

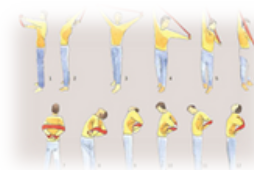
上課時間：(逢星期三)上午10:00-11:30

課堂導師：譚銘濂老師

上課地點：本中心小組室

每期堂數：共10堂

每期費用：\$1400 (中心會員)
\$1480 (非中心會員)



拉筋班

課堂內容：介紹各拉筋技巧以達致強化肌肉，增強平衡力。

上課時間：(逢星期三)下午2:30-4:00

課堂導師：Mr. Dorian Chu

上課地點：本中心禮堂

每期堂數：共4堂

每期費用：\$650 (中心會員)/\$700 (非中心會員)

粵曲班

課堂內容：以深入淺出方法教授學員、練習粵曲，跟更有鑼鼓、揚琴、二胡和樂師輔導。

上課時間：(逢星期四)上午10:00-12:00

課堂導師：譚偉強老師

上課地點：本中心小組室

每期堂數：共8堂

每期費用：\$800(中心會員)/\$880(非中心會員)



健康舞班

課堂內容：擅長教授健體操，長者健體舞。

上課時間：(逢星期四)上午10:15-11:15或
(逢星期四)中午12:00-13:00

課堂導師：李玉霞老師

上課地點：本中心禮堂

每期堂數：共4堂

每期費用：\$280(中心會員)
\$330(非中心會員)

社交舞班

課堂內容：導師以輕鬆易學的手法由淺入深教授社交舞步，讓學員學習不同編排的舞步。

上課時間：(逢星期四)下午2:00-3:30

課堂導師：馮權基老師

上課地點：本中心禮堂

每期堂數：共8堂

每期費用：\$640(中心會員)/\$720(非中心會員)



班組簡介



瑜珈班

課堂內容：透過不同的式子和呼吸練習，讓疲勞
疏解，而大量舒展動作可讓身體放鬆。

上課時間：(逢星期五)上午10:15 -11:45

課堂導師：姚樂芝老師

上課地點：本中心禮堂

每期堂數：共4堂

每期費用：\$530(中心會員)/\$580(非中心會員)



書法班

課堂內容：由基礎開始，教授執筆及寫書法之
技巧。

上課時間：(逢星期五)下午2:30 至4:00

課堂導師：馮萬如老師

上課地點：本中心禮堂

每期堂數：共10堂

每期費用：\$720 (中心會員)/\$800 (非中心會員)



詠春班

課堂內容：以輕鬆易學的方法教授詠春之
技巧。

上課時間：(逢星期六)上午10:30 至中午12:00

課堂導師：韋季南老師

上課地點：本中心禮堂

每期堂數：共10堂

每期費用：\$680 (中心會員)/\$720 (非中心會員)

交通方法

地址:九龍塘禧福道三號地下

電話: 2337 6674

傳真: 2337 2750

交通安排：

巴士：3C、7、72X、81C、87D、87E、103、170、182、208、
270A、271、271B、281A、281B、281X

港鐵：

觀塘綫：九龍塘站 A 出口

東鐵綫：九龍塘站 F 出口

專線小巴：25A、25B、25M、25MS

(九龍塘沙福道的士站對面)

