

雋 頤 教 室

課程須知

1. 如因導師出席問題或天氣狀況引致全班停課，中心會續延上課日期以補堂處理；個別學員未能參與補堂或已缺席安排之課堂，以學員放棄補堂論，不設任何退款
 2. 如因課程內容包括日期、時間、導師需要有任何更改，中心會因應個別學員作出退款，必須在該課程完成時限內由學員辦理退款手續
 3. 各課程收生方式會優先讓現時修讀學員報名，剩餘名額及新課程將以抽籤方式處理
 4. 課程報名分為兩個階段，詳細如下：
第一階段：現時修讀學員 — 由最後第二堂當日至最後一堂當日
第二階段：新學員 — 剩餘名額將於最後一堂下一個工作日由負責職員通知中籤會員
新課程 — 根據教室通訊內容所訂日期開始報名
- 「新學員」定義為所有非「現時修讀學員」
 - 進階課程或指定課程一般不收新學員，除新學員已達到課程上一定程度的技巧或認識，中心才會考慮接受報名
 - 單元性(非持續性)課程均需登記，如登記人數超出名額則需抽籤，再由職員通知付款
5. 報名會員在離開櫃台前，必須核實收據上的資料正確無誤。若有任何問題，可於即時作出更正。課程報名確認後，不能轉換、取消及退款。
 6. 學員最多可為另一位學員報名，惟需出示其會員證或會員證副本作實。
 7. 當課堂完畢時，所有學員須隨即攜同個人物品離開上課場地，以便能夠準時交場，讓下一個課程或活動可以依時進行。
 8. 本中心會為課程提供所需的教材講義影印服務，如課程涉及大量講義，本中心會收取額外的有關費用。
 9. 每班座位將由中心職員編排，如有特別需要，請於開課前聯絡職員。
 10. 如有任何爭議，本中心保留最終決定權。

歡迎致電本中心查詢有關課程!



葵芳邨葵明樓地下C翼



2422 8526



社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department



光愛葵芳長者服務中心

地址：葵涌葵芳邨葵明樓地下C翼
葵涌葵芳邨葵喜樓地下108-110室(大喜)
葵涌葵芳邨葵喜樓地下104室(細喜)
電話號碼：2422 8526 (葵明樓) / 2416 7238 (大喜)
電郵地址：LLHkfne@LLHome.org
機構網址：www.LLHome.org

2026年 8 月至 9 月

雋 頤 教 室



課 程 推 介

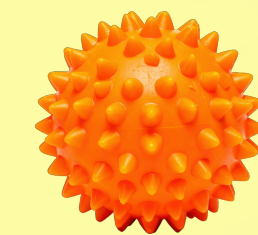
小結他音樂坊三期(A055)

日期：8月3日至9月21日(星期一)	時間：上午10:15 - 11:15
堂數：8堂	對象：會員
地點：葵明樓	名額：14人
費用：\$256	導師：葉敏婷導師(專業音樂導師)
內容：教授小結他基本知識及彈奏技巧	
負責職員：邱秀文	



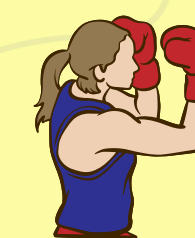
按摩球舒壓班三期(A052)

日期：8月3日至9月21日(星期一)	時間：下午3:30 - 4:15
堂數：8堂	對象：會員
地點：葵明樓	名額：12人
費用：\$272	導師：陳家駒導師(體適能導師)
內容：1. 教授伸展、運用按摩球按壓筋骨	
2. 有效舒緩及預防常有的痛症	
負責職員：邱秀文	



KICK BOXING學堂三期(A053)

日期：8月3日至9月21日(星期一)	時間：下午4:15 - 5:15
堂數：8堂	對象：會員
地點：葵明樓	名額：10人
費用：\$272	導師：陳家駒導師(體適能導師)
內容：1. 教授拳法、基礎步法及攻防意識	
2. 學習簡單拳擊和踢腳動作	
負責職員：邱秀文	



雋頤教室恆常課程內容

編號 負責職員	名稱	日期	星期	時間	堂數	地點	內容	導師	費用
A045 郭姑娘	療癒油粉彩三期	8月3日 至 9月21日	一	上午11:30 - 下午1:00	8	葵明樓	學習油粉彩不同的技巧， 掌握粉彩的基本原理及運用 (新學員另給導師材料費\$60)	何瑞珍導師	\$320
A046 郭姑娘	筋膜鬆一鬆三期	8月4日 至 9月22日	二	下午1:00 - 2:00	8	葵明樓	教授幫助筋膜放鬆的運動	江振邦導師 (體適能教練)	\$272
A051 邱姑娘	口琴夢工坊三期	8月4日 至 9月22日	二	下午2:00 - 3:00	8	葵明樓	教授口琴吹奏方法及學習流行曲	鄧偉光導師	\$256
A047 郭姑娘	社交舞初探三期	8月4日 至 9月30日	二/ 三	8月:下午12:00 - 1:00/ 9月:下午2:00 - 3:00	9	葵明樓/ 林士德 體育館	教授社交舞的概念、基礎舞步及 學習音樂舞姿等	江振邦導師 (體適能教練)	\$342
A048 郭姑娘	水墨畫入門三期	8月5日 至 9月23日	三	下午1:30 - 3:00	8	葵明樓	簡介工具運用、執筆運筆、 墨色變色和設色方法， 完成簡單的蔬果小品	何永華導師	\$400
A049 郭姑娘	拉伸運動班三期	8月1日 至 9月19日	六	上午9:00 - 10:00	8	葵明樓	教授伸展運動、阻力運動、 帶氧運動、肌肉訓練等 (學員可自備運動橡筋帶)	陳貴冰導師 (註冊健體導師)	\$272
A050 郭姑娘	活力健身舞三期	8月1日 至 9月19日	六	上午10:15 - 11:15	8	葵明樓	教授帶氧健身操	陳貴冰導師 (註冊健體導師)	\$272

有興趣者可致電或親臨中心(葵明樓)查詢相關課程!