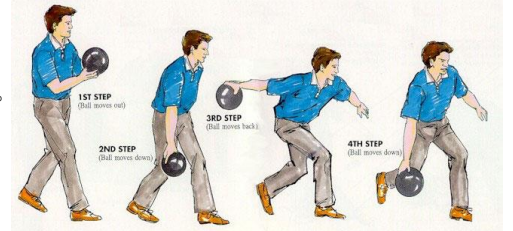


晚間保齡球訓練班

- 主辦單位 : 奇樂保齡天地  : 2116 1498
- 目的 : 通過正統的訓練，讓初學者全面掌握保齡球技巧，從而提升學員對保齡球的興趣和競爭意識。以深入淺出的教學方法，引導學員從基礎邁向成功。
- 內容 : 從技巧訓練、心理素質、體能、練習方法到規則禮儀，學員學到的不僅僅是打球的技巧，還可提升個人自信及冷靜地面對競爭帶來的壓力。
- 保齡球、瓶、球道的基本認知。
 - 保齡球禮儀及安全守則。
 - 打球的預備姿勢和步法。
 - 打球動作的基本知識 - 平衡, 擺動, 出球, 完成。
 - 全中及補中球打法。
- 對象 : 初學者 (10歲或以上)。
- 費用 : **HK\$600.-**
- 費用包括 :
 - 共四課堂, 每課堂壹節, 每節 1.5 小時課程。
 - 一名擁有認可資格的專業教練執教。
 - 球道費用。
 - 鞋租。
- 優惠 :
 - 為鼓勵同學練習，每學員於每課堂後均可獲贈"保齡優惠券"一張。
- 上課時間 : 請參閱下列上課時間表。
- 上課地點 : 奇樂保齡天地 (新界荃灣青山公路633號灣景花園商場低層一樓)
- 名額 : 每班 6-12人
- 報名方法 : 需於 www.mfbw.com.hk 下載有關報名表格並填寫後傳真至 21164928報名。
- 備註 : 指定教練需額外收費。如收生人數不足6人，開班時間將另行通知。



課程編號	星期	時間	上課日期			
L16726	逢星期三	20:00 - 21:30	11月2日	11月9日	11月16日	11月23日
L16727	逢星期三	20:00 - 21:30	11月30日	12月7日	12月14日	12月28日

報名表

課程編號 : _____ 報名日期 : _____

姓名 : _____ 年齡 : _____ 性別 : _____

地址 : _____

聯絡電話 : _____

申請人簽名 : _____