

舞蹈系列 Dance Programmes

對象 Target：15 歲或以上人士 Ages 15 or above

標準舞蹈 Ballroom Dancing

語言 Language：粵語輔以英語 Cantonese supplemented with English
地點 Venue：港青總部 4 樓禮堂

……導師：張錦成老師……

張老師有 40 多年教授標準舞經驗，現為世界舞蹈總會國際裁判，並持有三間著名舞蹈協會專業資格：英國國家舞蹈教師協會院士 — 標準舞及拉丁舞 (最優等級)；澳洲國家舞蹈協會院士 — 標準舞及拉丁舞 (最優等級)；以及香港標準舞總會 — 標準舞及拉丁舞 (最優等級)。

Mr. Cheung is a Qualified Teacher of Dancing and has the experiences of teaching Ballroom Dancing for over 40 years. He is also an International Adjudicator of the World Dance Council and a Fellow of: The National Association of Teachers of Dancing (NATD)-Ballroom & Latin Branches (Highly Commended); The Australian National Dance Association (ANDA)-Ballroom & Latin Branches (Highly Commended); and The Hong Kong Ballroom Dancing Council (HKBDC)-Ballroom & Latin Branches (Highly Commended).



本課程按照英國皇家舞蹈教師協會要求，讓學員在寬敞的環境下，學習各種正規標準舞蹈。導師將示範及教授現代標準舞，包括：拉丁舞、華爾滋、快步舞、恰恰舞、倫巴舞、牛仔舞以及探戈。本課程亦適合希望改善舞蹈技巧的人士。This course is designed for participants to learn ballroom dancing in strict accordance with Imperial Society of Teachers of Dancing (ISTD) in a spacious environment. Modern Ballroom Dances are selected for teaching, including Latin, Waltz, Quickstep, Cha-Cha-Cha, Rumba, Jive and Tango. It is also for those who want to sharpen their dancing techniques.

免費試堂 Free Trial

舞蹈 Dance	日期 Date	時間 Time	堂數 Sessions	留位截止日期及時間 Reservation Deadline
Cha-Cha-Cha	4/1 (Thu)	19:30-20:30	1	4/1 (Thu), 12:00

備註 Remarks：

- 免費試堂只接受預先電話留位，留位及查詢請電 2268 7799 / 2268 7733。Free Trial session accepts reservation in advance only. For reservation and enquiries, please call 2268 7799 / 2268 7733.
- 主要以先到先得方式分配名額：首次參加者將獲優先考慮。Available mainly on a first-come-first-served basis; priority will be given to applicants enroll for the first time.

標準舞蹈 — 基礎班 Ballroom Dancing — Beginners

編號 Code	同時報名人數 Enrolment No.	日期 Date	時間 Time	堂數 Sessions	會員 (每位) Mem	非會員 (每位) NMem
18QLD 10101	1 位 1 Participant	8/1-22/3 (Mon & Thu) 不用上課	19:30-20:30	20	\$1,440	\$1,540
18QLD 10102	2 位或以上 2 Participants or more	No Class : 15/1 (Thu), 19/1 (Mon)			\$1,340	\$1,440

標準舞蹈 — 進階班 Ballroom Dancing — Advanced

編號 Code	同時報名人數 Enrolment No.	日期 Date	時間 Time	堂數 Sessions	會員 (每位) Mem	非會員 (每位) NMem
18QLD 10103	1 位 1 Participant	8/1-22/3 (Mon & Thu) 不用上課	18:30-19:30	20	\$1,440	\$1,540
18QLD 10104	2 位或以上 2 Participants or more	No Class : 15/1 (Thu), 19/1 (Mon)			\$1,340	\$1,440

備註 Remarks：不設先進會員收費優惠。No special prices for Master Member

勁歌跳韓舞 K-POP Dance

語言 Language：粵語 Cantonese
地點 Venue：港青總部



韓語 K-POP 音樂流行大熱，導師於課堂上教授時下最流行的韓國歌曲舞蹈，學習人氣歌手們的動作，排練舞步與走位。

星期一

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
18QLD 10301	1 位	8/1-19/3 (Mon) 不用上課; 19/2	19:00-20:15	10	\$1,360	\$1,600
18QLD 10302	2 位或以上				\$1,280	\$1,540

星期二

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
18TLD 10301	1 位	9/1-13/3 (Tue)	11:00-12:15	10	\$1,360	\$1,600
18TLD 10302	2 位或以上				\$1,280	\$1,540

備註：1. 參加者需穿著合適的運動服及運動鞋
2. 不設先進會員收費優惠

烘焙系列 Bakery Programmes

對象：15 歲或以上人士 Ages 15 or above

……導師：傅慧儀老師……

傅老師是專業蛋糕及西餅師，擁有多間本地及海外酒店與餐廳工作經驗，包括香港迪士尼樂園酒店及馬哥孛羅香港酒店等等；並且曾榮獲多個蛋糕及西餅比賽獎項。傅老師持有英國 PME 專業文憑證書，亦完成了美國惠爾通蛋糕裝飾課程第三級。

Y 廚房 — 時尚蛋糕班 Y Kitchen — Vogue Cake Workshop

語言 Language：粵語 Cantonese
地點 Venue：港青總部 6 樓 604 室

要成功烤出美味又美觀的蛋糕，掌握正確基礎烘焙技術至為重要。資深酒店西餅師將由零開始教授各項焗蛋糕要素，讓學員一堂掌握製作一種蛋糕款式。

情人節香檳松露朱古力 (8 粒) 及草莓朱古力 (8 粒)

Special

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	會員 (每位)	非會員 (每位)
18TCD 10105	1 位	13/1 (Tue)	14:00-16:00	1	\$460	\$530	\$620
18TCD 10106	2 位或以上				\$460	\$500	\$600

迷你朱古力心太軟 (6 件) 及蛋白焗焗鮮奶 (4 杯)

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	會員 (每位)	非會員 (每位)
18TCD 10101	1 位	26/1 (Fri)	14:00-17:00	1	\$460	\$530	\$620
18TCD 10102	2 位或以上				\$460	\$500	\$600

擠花杯子蛋糕 (6 件)

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	會員 (每位)	非會員 (每位)
18TCD 10103	1 位	9/2 (Fri)	14:00-17:00	1	\$460	\$530	\$620
18TCD 10104	2 位或以上				\$460	\$500	\$600



雜果忌廉海綿蛋糕 (6 吋)

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	會員 (每位)	非會員 (每位)
18TCD 10107	1 位	23/2 (Fri)	14:00-17:00	1	\$460	\$530	\$620
18TCD 10108	2 位或以上				\$460	\$500	\$600

黑森林蛋糕 (6 吋)

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	會員 (每位)	非會員 (每位)
18TCD 10109	1 位	9/3 (Fri)	14:00-17:00	1	\$460	\$530	\$620
18TCD 10110	2 位或以上				\$460	\$500	\$600

紐約芝士蛋糕 (6 吋)

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	會員 (每位)	非會員 (每位)
18TCD 10111	1 位	23/3 (Fri)	14:00-17:00	1	\$460	\$530	\$620
18TCD 10112	2 位或以上				\$460	\$500	\$600

- 備註：1. 費用已包括材料費 (包括食材及包裝材料等)。
2. 請帶備圍裙及環保袋 (以用作帶走包裝好的蛋糕)。
3. 由於蛋糕製作需時，導師可能會預先準備好餅底及裝飾

悠閒空間 先進文娛課程

YMCA Leisure Programmes for Masters

對象 Target：60 歲或以上人士 Ages 60 or above

學員注意事項 Reminders for Participants：

1. 提早報名 9 折優惠 **不適用** 於先進文娛課程。Early bird discount is **NOT** applicable to Leisure Programmes for Masters.
2. 另有課程適合先進人士報讀，詳情請參閱「悠閒空間 文娛課程」其他系列、「專業進修課程」、「港青游泳學院」、「運動及體育課程」及「適能及健康課程」等部分。For more programmes suit Masters, please refer to other "YMCA Leisure Programmes", and sections of "YMCA Continuing Education Programmes", "YMCA Swimming Academy", "Sports & Physical Education Programmes" and "Fitness & Wellness Programmes".
3. 適合先進會員課程。Suitable for Master Member programme.

數碼攝影工作坊 — 由相機到閃光燈 (60 歲或以上人士)

Digital Photography Workshop — From Camera to Flash (Ages 60 or above)



對象：60 歲或以上對攝影及曝光處理有基本認識之人士
語言 Language：粵語輔以英語 Cantonese supplemented with English
地點：港青總部 6 樓 623 室及戶外
導師：李老師 Hay Lee
(香港專業攝影師聯網會員，多年商業拍攝及攝影教育經驗)

本課程導師將會由如何測光、曝光補償，到介紹專業攝影師的閃光燈操作法，深入淺出地向學員分享閃光燈應用技巧，並以堂上練習及戶外實習深化學員的知識。

- 課程內容：
1. 正確的測光概念
 2. 閃光燈與測光錶的基本操作
 3. 色彩、色溫及反射閃光
 4. 相機與閃光燈的設定注意事項
 5. 晚間戶外實習堂



編號	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	先進非會員 (每位)
18TLP 10201E	11/1-18/1 (Thu) 及晚間戶外實習：25/1 (Thu)	11:00-13:00 19:00-21:00	3	\$560	\$660

- 備註：1. 請自備數碼單鏡反光相機 (DSLR)。
2. 1 月 25 日為晚間戶外實習堂，地點為尖沙咀海旁，詳情將由導師於理論堂上公佈。
3. 導師主要會以佳能相機系統作示範。

經典金曲電子琴彈奏 — 初班

Golden Oldies E-Piano — Beginners



語言 Language：粵語輔以英語
Cantonese supplemented with English
地點 Venue：尖沙咀總部 6 樓 610 室

導師：趙嘉欣老師 — 英國皇家音樂學院鋼琴演奏高級文憑 (LRSM)、英國倫敦聖三一學院音樂理論文憑 (AMusTCL)

本課程採用易學易明之琴譜作教材，免除學習繁複樂理及指法，讓學員能於短時間內掌握彈奏的技巧，享受箇中樂趣。課室內導師將會示範及分享 50 至 80 年代華語及英語經典金曲。課程以小班教學，每人一部電子琴上課用。經典金曲電子琴彈奏班共分為初、中、高班，完成初班之學員及曾習電子琴或鋼琴者 (對高音譜表音符彈奏及和弦有基本認識) 可報讀中班。

星期一班

編號	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	先進非會員 (每位)
18TLM 10201E	8/1-19/3 (Mon) (不用上課：19/2)	12:30-14:00	10	\$2,040	\$2,400

星期四班

編號	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	先進非會員 (每位)
18TLM 10202E	18/1-29/3 (Thu) (不用上課：15/2)	12:15-13:45	10	\$2,040	\$2,400

備註：查詢有關中、高班之課程詳情，請致電 2268 7799 / 2268 7733。

