

悠閒空間 文娛課程 YMCA Leisure Programmes



「悠閒空間」課程歡迎
2 人以上包班
查詢詳情：2268 7799

港青專業進修書院
YMCA College of Continuing Education

辦公時間 Office Hours：星期一至五 Mon-Fri 10:00-21:00
星期六 Sat 9:00-12:30 & 13:30-17:00
查詢 Enquiry: 2268 7799 / 2268 7733
電郵 Email: info@ymcahkcollege.edu.hk
網頁 Website: www.ymcahkcollege.edu.hk/leisure.htm
臉書 Facebook: www.facebook.com/YMCALeisureProgrammes/

學員注意事項 Reminders for Participants：

- 於開課 14 天前報名，每個課程可享 **9 折優惠**！（請於報名時列明優惠費用）
Enrolment 14 days before commencement of each programme will enjoy **10% Early Bird Discount!** (Please specify the discounted fee during enrolment)
- 以正價或 9 折優惠報名者同樣受退班及轉班的條款約束，詳情請細閱下列退班及轉班注意事項。Course withdrawal and course transfer policies apply to participants enrolled with Early Bird Discount or with regular price. Details of the policies please refer to the reminders below.
- 如要求退班，參加者必須以書面通知會員服務部及在開課 **14 天前** 辦理手續。本會會在退還款項中收取港幣 \$150 作為行政費用。Request of course withdrawal must be written and submitted to Member Services **not later than 14 days** prior to the commencement of the course. An administration fee of HK\$150 will be applied to each request.
- 如要求轉班，參加者必須以書面通知會員服務部及在開課 **14 天前** 辦理手續。同時，參加者需符合課程要求及視乎該班別是否有空缺才能辦理，並需要收取行政費用港幣 \$150。Request of course transfer must be written and submitted to Member Services **not later than 14 days** prior to the commencement of the course. Course transfer can only be entertained if space permits and the applicant meets course requirements. An administration fee of HK\$150 will be applied.
- 假若課程 / 活動報名人數不足，本會有權取消該課程 / 活動及儘量安排類似課程 / 活動。如本會最終未能安排類似課程 / 活動，已繳之費用將以支票郵寄退還，或退還用作繳費之信用卡戶口。YMCA of HK reserves the right to cancel course/activity due to insufficient enrolment. All efforts will be made to place participants in a similar course. If none is available, fees paid will be refunded by cheque and post, or via credit card account.
- 公眾假期均不用上課。No class on public holidays.
- 所有圖片只供參考。All images for reference only.
- 另有親子課程，詳情請參閱「特別活動——親子體驗百科」。For Parent & Child Programmes, please refer to section "Special Events".

暑假特備課程

Summer Holiday Special Programmes

對象：中三至中六學生及 15 歲或以上人士
F3-F6 Secondary School Students or Ages 15 or above

視覺藝術證書課程系列 Visual Arts Certificate Programme for All Levels

New

對象：中三至中六學生及 15 歲或以上人士
語言 Language：英語輔以粵語 English supplemented with Cantonese
地點：香港美術專科學校 (1952) 油麻地校址

……導師：陳為民老師……

陳老師為亞洲國際藝術家協會副主席及前亞太區藝術教育家協會常務理事，師承嶺南派大師趙少昂先生及香港美術專科學校 (1952) 創辦人陳海鷹校長。陳老師曾旅居意大利研究視覺藝術史，在加拿大、美國任教大學及中學，並在世界各地策劃藝術展，其作品多次在海外獲獎及獲邀展出。陳老師專注於美術教育工作多年，旨在教授正規視覺藝術。

本課程主要以英語授課，帶領學員進入西洋畫世界，提高視覺藝術造詣，全面發掘學員的藝術才華。本課程採用小班教學模式，循序漸進，並會個別指導學員繪畫技巧。每完成一個階段課程並達八成出席率之學員，將獲頒該階段課程證書；完成整個課程系列並達八成出席率之學員，將獲頒視覺藝術課程畢業證書。



課程內容：

1. 視覺藝術歷史及理論
2. 導賞各派別大師名作
3. 認識各種西洋畫的畫具特性
4. 調色及筆法訓練
5. 構圖教學：點線面原理、透視法、明暗比例法等等
6. 靜物寫生

鉛筆素描學證書課程 (暑期密集班)

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLC 30301	1 位	12/7-11/8 (Wed & Fri)	17:00-19:00	10	\$2,250	\$2,650
17TLC 30302	2 位或以上				\$2,100	\$2,550

備註：1. 學員需帶備工具或由導師代購 (費用 \$260，包括：2B 至 10B 號鉛筆、素描專用紙、軟橡皮擦、寫生板及畫夾等畫具)。如需導師代購，請於 7 月 5 日前致電 2268 7799 / 2268 7733 預訂，並於首堂以現金付款
2. 出席率達八成之學員將獲頒鉛筆素描學證書

木顏色證書課程 (暑期密集班)

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLC 30303	1 位	16/8-15/9 (Wed & Fri)	17:00-19:00	10	\$2,250	\$2,650
17TLC 30304	2 位或以上				\$2,100	\$2,550

備註：1. 學員需帶備工具或由導師代購 (費用 \$460，包括：36 色木顏色畫筆、鉛筆、專用紙、軟橡皮擦、寫生板及畫夾等畫具)。如需導師代購，請於 8 月 9 日前致電 2268 7799 / 2268 7733 預訂，並於首堂以現金付款
2. 出席率達八成之學員將獲頒木顏色證書

油畫證書課程 (星期三)

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLC 30705	1 位	27/9-29/11 (Wed)	17:00-19:00	10	\$2,250	\$2,650
17TLC 30706	2 位或以上				\$2,100	\$2,550

油畫證書課程 (星期五)

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLC 30707	1 位	29/9-1/12 (Fri)	17:00-19:00	10	\$2,250	\$2,650
17TLC 30708	2 位或以上				\$2,100	\$2,550

備註：

1. 學員需帶備工具或由導師代購 (費用 \$680，包括：3 枝畫筆、調色板、10 色油畫顏料、油畫畫布連內框、油畫煤劑、稀釋劑及油畫刀等畫具)。如需導師代購，請於開課一星期前致電 2268 7799 / 2268 7733 預訂，並於首堂以現金付款
2. 出席率達八成之學員將獲頒油畫證書



勁歌跳韓舞 K-POP Dance

語言 Language：粵語 Cantonese
地點：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。



Special

暑期密集班

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLD 30303	1 位	20/7-22/8 (Tue & Thu)	17:00-18:15	10	\$1,360	\$1,600
17TLD 30304	2 位或以上				\$1,280	\$1,540

星期日

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLD 30301	1 位	23/7-24/9 (Sun)	17:00-18:15	10	\$1,360	\$1,600
17TLD 30302	2 位或以上				\$1,280	\$1,540

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)
17QLD 30301	1 位	17/7-18/9 (Mon)	19:00-20:15	10	\$1,360	\$1,600
17QLD 30302	2 位或以上				\$1,280	\$1,540

星期三

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17QLD 30303	1 位	19/7-20/9 (Wed)	19:30-20:45	10	\$1,360	\$1,600
17QLD 30304	2 位或以上				\$1,280	\$1,540

備註：參加者需穿著合適的運動服及運動鞋。

Mind Map® 高效學習及記憶證書課程 (中三至中六) Mind Map® Training for Efficient Learning Certificate Course (F3-F6)

對象：中三至中六學生
語言 Language：粵語 Cantonese
地點：港青總部 6 樓

課程教授正統、正確畫 Mind Maps® 之技巧及基礎應用，帶領學員實際應用 Mind Map® 於學科上，加強理解、分析、組織、比較和自學能力。同時教授學生運用 Mind Map® 結合多角度思維，提升批判思考、創造力、高效溝通和解決問題等高階思維能力，從而培養學員主動建構知識的能力。

- 課程內容：
1. Mind Mapping® 規則及其背後原理
 2. 聯想技巧訓練
 3. Mind Map® 於通識科之多元應用 — 專題研習、小組討論、多角度思考、創意思考、解決問題及建構知識等
 4. Mind Map® 進階應用 — 閱讀理解、課文筆記、寫作構思、專題研習及提升記憶等
 5. 集體倍速學習法
 6. 高效記憶法及學業應用
 7. 備考及考試策略



編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLL 30101	1 位	8/7-26/8 (Sat)	15:00-16:30	8	\$2,920	\$3,000
17TLL 30102	2 位或以上				\$2,900	\$2,980

備註：1. 香港博贊思維導圖及記憶培訓中心為 Mind Map® 香港官方培訓機構，課程將由經過正式培訓及授權之認可講師 (Buzan Licensed) 任教
2. 課程中設有評核，合格者將獲頒發該級別合格證書

博贊® 全腦速讀課程 (中三至中六) Buzan® Speed Reading Course (F3-F6)

對象：中三至中六學生
語言 Language：粵語 Cantonese
地點：港青總部 6 樓



此課程建基於大腦開發專家東尼·博贊 (Tony Buzan) 的速讀原理及方法，教授學員一套行之有效的閱讀方法，透過左右腦的協同效應，配合多樣化而富趣味性的全腦速讀互動演練，加上全腦心智訓練，有效提升閱讀的速度與理解能力，進而提升學生個人的閱讀興趣、學習能力和競爭力。

課程內容：

1. 學前閱讀測試及學成評估測試
2. 視覺訓練 — 擴闊視野及加快視讀節奏
3. 閃示訓練 — 提升閱讀速度及理解能力
4. 強化專注力練習
5. 改善分心的毛病
6. 配合學習之實際需要的速讀技巧及訓練 — 閱讀理解、資料搜集及讀書報告等

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLL 30201	1 位	8/7-26/8 (Sat)	16:30-18:00	8	\$2,920	\$3,000
17TLL 30202	2 位或以上				\$2,900	\$2,980

備註：1. 香港博贊思維導圖及記憶培訓中心為 Mind Map® 香港官方培訓機構，課程將由經過正式培訓及授權之認可講師 (Buzan Licensed) 任教
2. 課程中設有評核，合格者將獲頒發該級別合格證書

樂理備試班 — 5 級 Preparation for the Music Theory Exam — Grade 5

對象：打算或已經報考英國皇家音樂學院樂理五級考試之人士
語言 Language：粵語輔以英語 Cantonese supplemented with English
地點：港青總部 6 樓
導師：趙嘉欣老師 (英國皇家音樂學院鋼琴演奏高級文憑；英國倫敦聖三一學院音樂理論文憑)

本課程內容根據英國皇家音樂學院五級樂理公開考試範圍設計。導師將於堂上與學員操練近年之試題，以及分享考試注意事項，讓學員充分為今年 10 月舉行的考試準備。完成課程後，導師將按需要為個別未報考學員之學習進度，建議學員是否適合報考公開試。

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLM 30601	1 位	20/7-24/8 (Thu)	12:15-13:15	6	\$1,190	\$1,400
17TLM 30602	2 位或以上				\$1,120	\$1,340

微型藝術課程 — 西式烘焙工作枱 Miniature Course — Cakes & Desserts Working Table

語言 Language：粵語 Cantonese 地點：港青總部 6 樓

微型藝術手工精巧，集設計與工藝於一身，近年成為本地藝術的焦點之一。本課程將教導學員運用不同材料及工具，製作小巧作品，包括蛋糕、麵包、烘焙食材、烘焙工具等等，課程結束後將完成一個微型西式烘焙工作枱。

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLI 30201	1 位	21/7-25/8 (Fri)	14:00-16:00	6	\$1,030	\$1,210
17TLI 30202	2 位或以上				\$970	\$1,160

備註：1. 職員將於首堂收取每位 \$220 材料費（包括迷你木枱等等），請以現金付款
2. 請帶備毛巾、膠盒、剪刀及空盒（以盛載完成品之用）

花藝設計系列 Floral Design Programmes

對象：15 歲或以上人士 Ages 15 or above

導師：游玉嬋老師 (圖右)

游老師擁有美國 AFS 亞太區花藝導師專業資格，有近 25 年豐富教學經驗。游老師每年均與花藝設計班學員參與港青花藝設計展覽，過去亦曾獲圓方商場及尖沙咀街坊福利會邀請參與花藝展覽。游老師更於今年一月接受《東方日報》專題訪問，介紹港青花藝設計課程。



▲游老師及馮老師每年均參與港青及本港各大規模的花藝設計展覽，包括由康樂及文化事務署主辦的「香港花卉展覽 2017」

導師：馮偉康老師 (圖左)

馮老師是荷蘭 DFA 專業花藝導師及美國 AIFD 花藝設計師，擁有 15 年花藝設計經驗。馮老師曾帶領香港一間花會奪得香港花卉展覽獎項，亦為本港多間酒店提供專業的花藝設計服務，及任教於多間僱員再培訓中心機構的花藝培訓課程。

……導師：游玉嬋老師……

日式花藝設計 — 草月流 Ikebana Floral Design Course - Sogetsu

New

語言 Language：粵語 Cantonese
地點：港青總部 6 樓 607 室

本課程教授基本日式草月流派花藝設計。有近 90 年歷史的草月流派花道採合傳統花道精髓及現代花藝潮流，強調表現花材的線條美和空間感。透過堂上學習基本知識和技巧，學員可應用其簡約、平衡、自然美來修心養神。



編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17QLF 31401	1 位	13/7-28/9 (Thu)	19:00-20:00	12	\$1,200	\$1,400
17QLF 31402	2 位或以上				\$1,180	\$1,380

備註：1. 課程費用已包括首堂材料費。導師將於堂上收取餘下每堂 \$160 的材料費，請以現金付款
2. 請於上課時帶備剪刀

西式花藝設計 — 第 1 級 Western Floral Design Class – Level 1

語言 Language：粵語輔以英語 Cantonese supplemented with English
地點：港青總部 6 樓 607 室

本課程乃為初學者而設。透過理論及實習，導師將教授學員西式花藝設計的基本要素，例如線條、空間、顏色；設計原理，例如平衡、比例及花型等等，讓學員對花藝設計有更多的認識。此課程共有 4 級，完成第 1 級之學員可報讀第 2 級。



下午課程

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)
17TLF 30101	1 位	13/7-14/9 (Thu)	15:00-16:30	10	\$1,060	\$1,250	\$1,470
17TLF 30102	2 位或以上				\$1,060	\$1,210	\$1,440

晚間課程

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17QLF 30101	1 位	11/7-12/9 (Tue)	18:30-20:00	10	\$1,250	\$1,470
17QLF 30102	2 位或以上				\$1,210	\$1,440

備註：1. 課程費用已包括首堂材料費。導師將於堂上收取餘下每堂 \$160 的材料費，請以現金付款
2. 請於上課時帶備剪刀

下午花藝設計 Afternoon Floral Design Course

語言 Language：粵語 Cantonese
地點：港青總部 6 樓 607 室

配合季節轉變與節慶日子，本課程導師教授各式各樣的花藝設計，讓一眾花藝同好者聚首一堂，渡過悠閒的下午時光。每逢佳節，例如農曆新年、情人節、復活節、中秋節及聖誕節等等，導師更會採用有代表性的時令鮮花，就不同主題，教授學員製作出獨特的節慶花藝。



7 月

編號	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLF 30601	3/7-31/7 (Mon)	15:00-16:00	5	\$510	\$590	\$690
17TLF 30602	4/7-25/7 (Tue)	15:30-16:30	4	\$440	\$510	\$590

8 月

編號	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLF 30603	7/8-28/8 (Mon)	15:00-16:00	4	\$440	\$510	\$590
17TLF 30604	1/8-29/8 (Tue)	15:30-16:30	5	\$510	\$590	\$690

9 月

編號	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLF 30605	4/9-25/9 (Mon)	15:00-16:00	4	\$440	\$510	\$590
17TLF 30606	5/9-26/9 (Tue)	15:30-16:30	4	\$440	\$510	\$590

三合一優惠班 (7-9 月)

Special

編號	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TLF 30607	3/7-25/9 (Mon)	15:00-16:00	13	\$1,000	\$1,210	\$1,450
17TLF 30608	4/7-26/9 (Tue)	15:30-16:30	13	\$1,000	\$1,210	\$1,450

備註：1. 課程費用已包括首堂材料費（材料費並不包括花盆，三合一優惠班亦只包括首堂材料費）。導師將於堂上收取餘下每堂 \$170 的材料費，請以現金付款。
2. 請於上課時帶備剪刀

…… 導師：馮偉康老師 ……

永生花玻璃瓶設計 Vase Arrangement Design with Preserved Flowers

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



覺得購買花店的花束未夠誠意？參加本課程可以讓你親手製作永生花玻璃瓶設計，代表你對母親永恆的愛意！「永生花」，又叫「永不凋謝的鮮花」，是加工而成的乾花；不單色澤亮麗，手感幾近與鮮花無異，而且保存時間長。導師將採用永生玫瑰花及飾品，並配合特製玻璃罩的特色，教導學員親手製作出時尚的永生花玻璃瓶設計。藉今次機會，為母親製作充滿愛意的禮物吧！

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)
17TLF 31201	1 位	9/9 (Sat)	11:00-13:00	1	\$500	\$600	\$700
17TLF 31202	2 位或以上				\$500	\$560	\$680

備註：1. 費用已包括材料費每位 \$400 (包括永生玫瑰花及特製玻璃罩器皿等材料)。
2. 請於上課時帶備剪刀

西式常綠盆景藝術班 Evergreen Bonsai in Western Style Workshop

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



盆景藝術是模擬大自然的縮影；常綠植物能為室內空間帶來點點綠意，賞心悅目。親手製作實而不華的常綠盆景作為今年的父親節禮物，讓父親將盆景放在家裡或辦公室，絕對是細心又稱心之舉。本課程適合花藝設計初學者。

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)
17TLF 31101	1 位	23/9 (Sat)	11:00-13:00	1	\$500	\$600	\$700
17TLF 31102	2 位或以上				\$500	\$560	\$680

備註：1. 費用已包括每位 \$400 材料費 (包括天然迷你植物及特製花盆等材料)。
2. 請於上課時帶備剪刀

花店運作及花藝設計入門 Introduction to Flower Shop Operation & Floral Design

語言 Language：粵語 Cantonese
地點：港青總部 6 樓 607 室



本課程由花店經營者擔任導師，專為對花藝設計及花店運作有興趣，或希望初步了解花店經營模式的人士而設。此課程學習與實踐並重，一方面教授花店業內知識和營運技巧，另一方面讓學員掌握花藝設計及製作常見的花店產品。

課程內容：1. 第一堂：日常花店運作及銷售技巧
2. 第二堂：花藝設計技巧 — 製作花束
3. 第三堂：鮮花保養及花材存貨管理
4. 第四堂：花藝設計技巧 — 製作花籃
5. 第五堂：訂貨及成本控制技巧
6. 第六堂：花藝設計技巧 — 製作婚禮花飾，包括新娘花束及新郎襟花

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)
17TLF 30901	1 位	29/7-2/9 (Sat)	15:00-18:00	6	\$1,300	\$1,530	\$1,800
17TLF 30902	2 位或以上				\$1,300	\$1,450	\$1,740

備註：1. 第二堂、第四堂及第六堂為花藝製作實習堂，職員將於首堂收取共 \$600 (每堂 \$200) 材料費，請以現金付款
2. 請於實習室時帶備剪刀

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



基礎系列：
要成功烤焗出美味又美觀的蛋糕，掌握正確基礎烘焙技術至為重要。資深酒店西餅師將於基礎系列課程中由零開始教授各項焗蛋糕要素，讓學員一堂製作掌握一種基本蛋糕款式。

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)
17TCD 30101	1 位	16/9 (Sat)	15:00-18:00	1	\$440	\$530	\$620
17TCD 30102	2 位或以上				\$440	\$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)
17TCD 30103	1 位	23/9 (Sat)	15:00-18:00	1	\$440	\$530	\$620
17TCD 30104	2 位或以上				\$440	\$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)
17TCD 30105	1 位	30/9 (Sat)	15:00-18:00	1	\$440	\$530	\$620
17TCD 30106	2 位或以上				\$440	\$500	\$600

三合一優惠班 (基礎系列)

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)
17TCD 30107	1 位	16/9-30/9 (Sat)	15:00-18:00	3	\$1,280	\$1,510	\$1,770
17TCD 30108	2 位或以上				\$1,280	\$1,430	\$1,710

進階系列：

進階系列課程由資深酒店西餅師帶領學員親手試製今年最熱門蛋糕款式，讓學員一堂掌握一種華麗的裝飾技術，使蛋糕成為餐桌上的藝術品。

3D 立體卡通動物忌廉蛋糕班 — 可愛熊仔頭像 (約 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)
17TCD 30109	1 位	22/8 (Tue)	11:00-13:00 (午休)	1	\$540	\$650	\$760
17TCD 30110	2 位或以上		15:00-18:00		\$540	\$610	\$730

淋漿裝飾蛋糕班 (約 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)
17TCD 30111	1 位	5/9 (Tue)	11:00-13:00 (午休)	1	\$540	\$650	\$760
17TCD 30112	2 位或以上		15:00-18:00		\$540	\$610	\$730

鏡面蛋糕班 (約 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)
17TCD 30113	1 位	19/9 (Tue)	11:00-13:00 (午休)	1	\$540	\$650	\$760
17TCD 30114	2 位或以上		15:00-18:00		\$540	\$610	\$730

三合一優惠班 (進階系列)

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)
17TCD 30115	1 位	22/8, 5/9, 19/9 (Tue)	11:00-13:00 (午休)	3	\$1,560	\$1,860	\$2,170
17TCD 30116	2 位或以上		15:00-18:00		\$1,560	\$1,740	\$2,090

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甜品）。
3. 由於蛋糕製作需時，導師可能會預先準備好餅底及裝飾。



◀ 導師作品 — 淋漿裝飾蛋糕於蛋糕面淋上特製朱古力醬，讓醬料慢慢流落蛋糕邊緣再靜止於充滿動感的滴漏狀態，然後鋪滿各種甜品裝飾，便完成新穎又獨特的淋漿裝飾蛋糕。

舞蹈系列 Dance Programmes

對象：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：尖沙咀總部 4 樓禮堂 Assembly Hall, 4/F, YMCA of Hong Kong Headquarter

…… 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.

Free

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	13/7 (Thu)	19:30-20:30	1	13/7 (Thu), 12:00

備註：1. 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.
2. 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
17QLD 30101	1 位 1 Participant	17/7-21/9 (Mon & Thu)	19:30-20:30	20	\$1,440	\$1,540
17QLD 30102	2 位或以上 2 Participants or more				\$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
17QLD 30103	1 位 1 Participant	17/7-21/9 (Mon & Thu)	18:30-19:30	20	\$1,440	\$1,540
17QLD 30104	2 位或以上 2 Participants or more				\$1,340	\$1,440

藝術系列 Art Programmes

對象：15 歲或以上人士 Ages 15 or above

油畫班 — 向大師學習 Oil Painting — Learn from the Footprints of the Masters

對象：15 歲或以上初學者及不同程度人士

語言 Language：粵語輔以英語
Cantonese supplemented with English

地點：香港美術專科學校 (1952) 油麻地校址
導師：陳為民老師 (亞洲國際藝術家協會副主席，作品多次在海外獲獎及獲邀展出)

香港近年展出不少世界名畫，當中以印象派油畫佔大多數，而且廣受市民歡迎。本課程藉導賞各派別大師的名作，配合各種油畫技法練習，助學員明白油畫材料、調色、顏料清洗、構圖、筆法及歷史等，帶領學員進入油畫世界，提高藝術造詣。本課程採用小班教學模式，並會個別指導學員繪畫技巧。

星期四班

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17QLC 30701	1 位	13/7-14/9 (Thu)	19:00-21:00	10	\$2,200	\$2,380
17QLC 30702	2 位或以上				\$2,100	\$2,280

星期五班

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)
17TLC 30701	1 位	14/7-15/9 (Fri)	10:00-12:00	10	\$1,880	\$2,200	\$2,380
17TLC 30702	2 位或以上				\$1,880	\$2,100	\$2,280

星期日班

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)
17TLC 30703	1 位	16/7-17/9 (Sun)	11:00-13:00	10	\$1,880	\$2,200	\$2,380
17TLC 30704	2 位或以上				\$1,880	\$2,100	\$2,280

備註：學員需帶備工具或由導師代購（費用 \$690，包括：3 枝畫筆、調色板、10 色油畫顏料、油畫畫布連內框、油畫煤劑、稀釋劑及油畫刀等畫具）。如需導師代購，請於開課一星期前致電 2268 7799 / 2268 7733 預訂，並於首堂以現金付款

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)
17TLC 30501	1 位	21/7-6/10 (Fri)	15:30-17:00	12	\$1,520	\$1,780	\$2,100
17TLC 30502	2 位或以上				\$1,520	\$1,730	\$2,060

備註：導師將於第一堂提供書法用品，並指引學員隨後自行購買合適的用品（包括：宣紙、毛筆、筆簾、墨汁、盛墨小碟、碑帖本及畫毯等）供堂上使用

音樂系列 Music Programmes

對象 Target：15 歲或以上人士 Ages 15 or above

…… 導師：趙嘉欣老師 ……

趙老師精通鋼琴演奏、電子琴演奏及音樂理論，並擁有多個音樂相關專業資格，包括：英國皇家音樂學院鋼琴演奏高級文憑 (LRSM)，英國皇家音樂學院鋼琴演奏文憑 (DipABRSM)，以及英國倫敦聖三一學院音樂理論文憑 (AMusTCL)。

流行曲電子琴演奏初班 Pop Style E-Piano — Beginners

語言 Language：粵語輔以英語 Cantonese supplemented with English
地點：港青總部 6 樓

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。課堂內導師將會示範及與學員分享多首華語及英語流行曲。流行曲電子琴演奏班共分為初、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。

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17QLM 30201	1 位	17/7-18/9 (Mon)	20:00-21:00	10	\$1,700	\$2,000
17QLM 30202	2 位或以上				\$1,650	\$1,960

備註：1. 2 至 4 人一班，每人一部電子琴上課用
2. 查詢有關中、高班之課程詳情，請致電 2268 7799 / 2268 7733

私人鋼琴或電子琴初班 Private Piano or E-piano for Beginners

對象：15 歲或以上鋼琴或電子琴初學者 / 不同音樂程度人士
語言 Language：粵語輔以英語 Cantonese supplemented with English
地點：港青總部 6 樓

一個度身訂造的鋼琴或電子琴課程，由經驗導師個別授課，並因應學員程度安排課程內容。學員按照導師指導，可於短時間內學會彈奏流行名曲或經典名作。

報名方式：報名請親身到尖沙咀總部六樓校務處，或致電 2268 7799 / 2268 7733 與本校職員聯絡，並由職員安排作實。

日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
每星期 1 堂 (自選日期)	每堂 1 小時 (自選時間)	4	\$1,200	\$1,420

- 學員守則 (摘要)：
- 報名後，恕不接受任何學員之間的轉讓或交換，並且嚴禁由他人替代出席。
 - 如課程中因行政理由（如導師生病等）而未能如期舉行課程，本校將安排補課或改期，惟所繳款項恕不退還。
 - 學員每期（每四堂）只可請假一次（包括任何原因，如事假及病假），請於上課時間前盡早知會本校職員，以作補課安排。補課必須於課程第一堂起計兩個月內完成，否則當放棄上課論。
 - 繳交學費者請親身到尖沙咀總部六樓校務處辦理手續。
 - 學費必須四堂繳付一次。學員如繼續修讀下期課程，必須於每期的第四堂或之前預繳學費。

悠閒空間

文娛課程

YMCA Leisure Programmes

水墨畫課程 Chinese Water Painting Course

語言 Language：粵語 Cantonese
地點：港青總部 6 樓 604 室
導師：李鳳笑女士（資深水墨畫導師，曾榮獲國際書畫大賽金獎）

水墨畫著重以簡練筆法概括表現形體。透過執筆、構圖、用墨及色彩運用等訓練，課程將訓練學員準確用筆，一氣呵成且不塗不改地完成畫作，從中啟發藝術興趣。本課程採用小班教學模式，並會個別指導學員繪畫技巧。



水墨畫課程 — 基礎班 Chinese Water Painting Course — Beginners

對象：初學者

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)
17TLC 30201	1 位	5/7-20/9 (Wed)	13:30-15:00	12	\$1,260	\$1,480	\$1,730
17TLC 30202	2 位或以上				\$1,260	\$1,450	\$1,700

水墨畫課程 — 進階班 Chinese Water Painting Course — Advanced

對象：完成基礎班之學員及曾學習水墨畫之人士

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)
17TLC 30203	1 位	5/7-20/9 (Wed)	15:15-17:00	12	\$1,600	\$1,870	\$2,200
17TLC 30204	2 位或以上				\$1,600	\$1,840	\$2,170

備註：學員需帶備工具或由導師代購（費用 \$240，包括：不同粗幼毛筆 4 枝連筆簾、墨汁、調色碟、國畫顏料、宣紙及畫毯），另備毛巾和膠杯。如需導師代購，請於 6 月 25 日前致電 2268 7799/2268 7733 預訂，並於首堂以現金付款

書法課程 — 隸書 Chinese Calligraphy Course — Clerical Script

對象：15 歲或以上初學者及不同程度人士
語言 Language：粵語 Cantonese
地點：港青總部 6 樓

中國書法是一門歷史悠久的藝術。通過教授隸書書法體，本課程讓學員認識隸書「蠶頭雁尾」之藝術結構、筆墨技法、碑帖的臨寫技法，從而改善書寫技巧，加強對裝字、運筆、宣紙和墨的基本認識及掌握。本課程採用小班教學模式，並會個別指導學員書法技巧。



租用鋼琴室 Piano Room Rental

地點：港青總部 6 樓

本會尖沙咀總部 6 樓設有獨立鋼琴室，使用優質名牌直立式鋼琴，歡迎租用。

租用方式：租用鋼琴室者請親身到尖沙咀總部六樓校務處，或致電 2268 7799 / 2268 7733 與本校職員聯絡，並由職員安排作實。

日期	時間	時數	會員及音樂課程學員	非會員
(自選日期)	最少 1 小時 (自選時間)	每小時	\$45	\$50
		每 10 小時	\$400	\$450

鋼琴室租用及使用細則 (摘要)：

- 鋼琴室可供租用之時段包括：星期一至五上午 10:00 至晚上 9:00 及星期六上午 10:00 至下午 5:00 (星期日及公眾假期除外)。
- 請保留收據，直至租期完結，並請於租用第一日時帶備收據交予職員核對資料。
- 如需要更改預約日期及時間，必須於租用日一個工作天前知會本校職員以作安排，否則當放棄使用鋼琴室論，而已繳交之費用將不獲退還。
- 遲到者將不獲補回時數，請準時到達鋼琴室。
- 未經許可，請勿借用或用作任何商業用途 (包括但不限於私人收費教琴，港青導師除外)。一經發現，本校將會在無需事先知會租用鋼琴室之申請者的情況下，向該申請者追討每小時 \$100 的額外行政費，本校並保留追究之權利。

生活品味系列 Lifestyle Programmes

對象：15 歲或以上人士 Ages 15 or above

髮型設計班 Hair Design Fun

地點：港青總部 3 樓

本課程教授基本剪髮及使用電髮剪技巧，由淺入深；亦會教授針對兒童的剪髮技巧，讓學員可親自為孩子修剪及設計髮型。涵蓋髮型包括：冬菇頭、箭豬頭、小丸子頭、清爽短髮、少女孃辮頭及春麗頭等等。學員可於最後一堂攜同一位小朋友作實習。



編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17QLH 30101	1 位	3/8-31/8 (Thu)	19:00-21:00	5	\$900	\$1,050
17QLH 30102	2 位或以上				\$870	\$1,030

備註：學員需帶備工具或由導師代購 (費用 \$300，包括：20 吋假髮公仔頭、5.5 吋髮剪、偷薄髮剪、剪髮扁梳及鴨咀夾 4 隻)。如需導師代購，請於 7 月 20 日前致電 2268 7799 / 2268 7733 預訂，並於首堂以現金付款

美甲課程 — LED 可卸式凝膠甲 (初班) Nail Beauty Course — LED Soak Off Gel Nail (Beginners)

語言 Language：粵語 Cantonese

地點：尖沙咀總部 6 樓

導師將教授基礎的美甲知識及技巧，並輔以實習，令參加者可掌握多元化的美甲技術。課程內容包括：修甲及塗甲油技巧；閃粉甲與漸變色甲技巧；貼紙與印水紙的運用；以及手繪技巧與運用等等。完成初班之學員及有基礎美甲知識者可報讀進階班。



下午課程

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)
17TLN 30101	1 位	1/8-19/9 (Tue)	14:00-15:30	8	\$1,990	\$2,330	\$2,740
17TLN 30102	2 位或以上				\$1,990	\$2,250	\$2,680

晚間課程

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17QLN 30101	1 位	1/8-19/9 (Tue)	20:00-21:30	8	\$2,330	\$2,740
17QLN 30102	2 位或以上				\$2,250	\$2,680

備註：費用已包括美甲工具套裝一套 (價值約 \$380，包括：LED 燈機、甲片、拆甲水、皮剪、推皮刀、軟皮液及一字剪等工具)

實用數碼攝影班 Practical Digital Photography Course

語言 Language：粵語 Cantonese

地點：港青總部 6 樓及戶外

本課程適合希望能全方位掌握數碼攝影的初學者，讓新手也可以拍出高水準的作品。課程最後兩堂為戶外實習堂，讓學員一起實習及分享攝影作品，提升室外數碼攝影技術。



課程內容：

1. 認識及操作數碼攝影器材
2. PSAM 模式轉換功能
3. 人物攝影技巧 — 擺拍、寫實抓拍及自拍
4. 景深、光影效果運用
5. 室內及室外攝影技巧 — 沙龍、日落、花卉等
6. 寵物攝影

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17QLP 30101	1 位	2/8-23/8 (Wed) 及 戶外實習堂： 26/8-2/9 (Sat)	19:30-21:00	6	\$1,020	\$1,200
17QLP 30102	2 位或以上		11:00-12:30		\$980	\$1,170

備註：1. 請帶備具有 PSAM 模式轉換功能的數碼相機
2. 課程最後兩堂為戶外實習堂，地點為尖沙咀海旁及九龍公園 (待定)，詳情將由導師於理論課時公佈

多元智能系列 Multiple Intelligence Programmes

對象：15 歲或以上人士 Ages 15 or above

3D 立體繪圖及打印技術 (基礎) 課程 3D CAD Drawing & 3D Printing Skills (Basic) Course

語言 Language：粵語 Cantonese

地點：上環 Well Link Studio

課程內容：

1. 3D 打印技術之歷史及發展
2. 以電腦軟件 Google Sketch Up 製作 3D 繪圖
3. 3D 繪圖的基本技術
4. 運用電腦軟件建構及設計 3D 模型之技巧
5. 以電腦軟件把 3D 繪圖檔切層及轉化成可打印之格式
6. 家用桌上 3D 打印機結構
7. 如何使用 3D 打印機
8. 打印自行繪畫及設計的 3D 模型



星期四班

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TDP 31001	1 位	20/7-10/8 (Thu)	14:30-17:30	4	\$2,180	\$2,300
17TDP 31002	2 位或以上				\$2,130	\$2,250

星期五班

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17QDP 31001	1 位	4/8-25/8 (Fri)	19:00-22:00	4	\$2,180	\$2,300
17QDP 31002	2 位或以上				\$2,130	\$2,250

星期六班

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17TDP 31003	1 位	29/7-19/8 (Sat)	14:30-17:30	4	\$2,180	\$2,300
17TDP 31004	2 位或以上				\$2,130	\$2,250

3D 立體繪圖及打印技術 (進階) 課程
3D CAD Drawing & 3D Printing Skills
(Advanced) Course

對象：完成「3D 立體繪圖及打印技術 (基礎) 課程」之學員
語言 Language：粵語 Cantonese
地點：上環 Well Link Studio

本進階課程將更深入教導 3D 繪圖及模型設計之技巧，並且講解不同層面的 3D 打印應用，及相關的硬件及軟件應用。

課程內容：

1. 3D 立體打印進階技術及工業應用
2. 以電腦軟件 Google Sketch Up、Blender 及 Meshmixer 製作 3D 模型及造型加工技巧
3. 介紹其他高階收費繪圖軟件之分別及用途
4. 如何運用 3D 打印機改善打印 3D 立體模型的質素
5. 打印自行繪畫及設計的 3D 模型

編號	同時報名人數	日期	時間	堂數	會員 (每位)	非會員 (每位)
17QDP 31003	1 位	8/9-29/9 (Fri)	19:00-22:00	4	\$2,400	\$2,530
17QDP 31004	2 位或以上				\$2,350	\$2,480

悠閒空間 先進文娛課程

YMCA Leisure Programmes for Masters

對象：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".

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：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。課堂內導師將會示範及分享 50 至 80 年代華語及英語經典金曲。



編號	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	先進非會員 (每位)
17TLM 30201E	18/7-19/9 (Tue)	11:30-13:00	10	\$2,040	\$2,400

備註：2 至 4 人一班，每人一部電子琴上課用

數碼攝影入門班
Digital Photography
Course for Beginners

語言 Language：粵語 Cantonese
地點：港青總部 6 樓及戶外

想為美好時光留下影像作紀念？掌握數碼攝影絕對不是年青一代的專利！課程最後兩堂為戶外實習堂，讓學員一起實習及分享攝影作品，切磋攝影技術。

課程內容：

1. 認識及操作數碼攝影器材
2. PSAM 模式轉換功能
3. 人物攝影技巧 — 擺拍、寫實、抓拍及自拍
4. 景深、光影效果運用
5. 室內及室外攝影技巧 — 沙龍、日落、花卉等
6. 寵物攝影



編號	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	先進非會員 (每位)
17TLP 30201E	2/8-23/8 (Wed) 及 戶外實習堂： 26/8-2/9 (Sat)	11:00-12:30	6	\$940	\$1,100

備註：1. 請帶備具有 PSAM 模式轉換功能的數碼相機
2. 課程最後兩堂為戶外實習堂，地點為尖沙咀海旁及九龍公園 (待定)，詳情於課堂公佈

流行曲 MV 舞
Pop Music MV Dance

語言 Language：粵語 Cantonese
地點：尖沙咀總部 6 樓 610 室

想學經典英美流行曲 MV (Music Video) 舞步？本課程因應先進人士的體適能狀況調節舞蹈程度，讓學員跟著流行曲旋律，一邊學習綜合舞步，一邊加強肌肉及關節的動力及靈活性。

編號	日期	時間	堂數	先進會員 (每位)	先進非會員 (每位)
17TLD 30501E	18/7-19/9 (Tue)	11:00-12:15	10	\$1,220	\$1,440

備註：1. 參加者需穿著合適的運動服及運動鞋
2. 本課程可能涉及較劇烈的舞蹈動作，本會建議在參與前先諮詢家庭醫生，特別是平常較少運動及曾患有心臟病或關節毛病之人士