



聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心

The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre

招收哈達瑜伽班學員：

本會之哈達瑜伽班以 瑜伽式子 為主 輔之以 唱聲 呼吸法 靜坐

基本課程：以 8 課為 1 期課程，每星期上課 1 次，每課約 1½ 小時；

▲特別班：每期 10 課，每課 1 小時 15 分

每期學費：會員：\$300./ 森\$350. 非會員：\$340./ 森\$390. 每班學員名額：約 25 人

查詢報名：敬請先致電 **2725 9628** (如未暇接聽，請留姓名、電話；當盡快回覆)

本會哈達瑜伽班時間表：上課地點：青山道 195A 雅怡居 1 字樓

星期	班別	上午班	班別	下午班	班別	晚上班
一	1A	上午 9:30--11:00	▲ 1P 1PN	下午 3:45--5:00 下午 5:40--7:10	森 1N	晚上 7:30--9:00
二	2A	上午 10:00--11:30	2P	下午 2:30--4:00	◎ 森 2N 2NB	晚上 7:00--8:30 晚上 8:50--10:20
三	3A	上午 9:30--11:00	3LP	中午 12:00--1:30	森 3N 3NB	晚上 7:00--8:30 晚上 8:45--10:15
四	4A	上午 9:30--11:00	▲ 4P 4PN	下午 3:45--5:00 下午 5:40--7:10	◎ 森 4N	晚上 7:30--9:00
五	◎ 5A	上午 10:00--11:30			森 5N	晚上 7:00--8:30
六	6A	上午 10:00--11:30	森 6P	下午 2:45--4:15		
日	森 7MA 森 7A	上午 9:15--10:45 上午 11:00--12:30				

◎此班別已滿額：請致電留姓名、電話輪候；其他班尚有學位
粗字體 男導師

如有更改，以本會提供為準

外展--哈達瑜伽班時間表： 每月 4 堂學費：會員：\$150./ 森\$175. 非會員：\$170./ 森\$195.

星期	班別	上課時間	上課地點
四	森 TW4N	晚上 8:30--10:00	大埔太和體育館壁球室 大埔太和邨太和商場平台
五	TP5A	上午 9:00--11:00	大埔墟體育館活動室 大埔鄉事會街 8 號大埔綜合大樓 6 樓

學費繳付方式

1. 可親自到青山道本會 (青山道 195A 雅怡居 1 字樓)，填妥報名表，交支票、現金或銀行本票；
支票抬頭：聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心 或

The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre 支票收妥方作實

2. 亦可填妥報名表連同支票或銀行本票寄到本會報名。(郵寄 勿放現金！)

3. 存款到中國銀行戶口：036/721/0/0146875，將銀行收據傳真至：2725 9756 及交回本會作實

本會其他瑜伽活動： 活動地點：青山道 195A 雅怡居 1 字樓

免費聚會--歡迎任何人士參與： 逢星期六 晚上 6:45--7:45 (瑜伽唱誦一小時)

每月第二週的星期六 晚上 6:45--8:45 『瑜伽唱誦、獻火光禮儀、瑜伽著作研習』

歡迎會員報名--非定期舉辦的瑜伽班：唱誦班、瑜伽理論與修習方法、瑜伽研習工作坊、
印度總會派大師 (Swami) 來港主持--瑜伽講座、瑜伽式子研習、瑜伽宿營等...

申請入會：歡迎愛好修習瑜伽者申請加入本會為會員，支持本會主辦之瑜伽活動；無分
宗教信仰、年齡性別，凡對瑜伽有興趣者均可申請；只需填妥會員申請表，連相片一張
及繳交會費，經本會批准，便可成為本會會員； 會員年費\$100.- 有效期足一年