

# Tai Chi



Instructor: **Ha Kai Lung**

Level 2 Sports Coach

National Martial Arts Coach

The World Kuo Shu Federation International Referee

Fitness Exercise Therapist

Date& Time: Every Wednesday 1pm-2pm from Sept 16 July-16 Dec 2020

Venue: online via ZOOM and S.H. HO Sports Hall LG 1027 (upon reopen)

Fee: Member: \$680 per course (1 quarter)

Non-member: \$710 per course (1 quarter, including \$30 administration fee)

Language: Cantonese supplemented with Putonghua/English

Registration: All new and existing class participants please register on-line on or before 30 September 2020. First-come-first-served. [Enroll Online 網上報名](#) or ([https://ust.az1.qualtrics.com/jfe/form/SV\\_3Ug7egtBC5nNgTb](https://ust.az1.qualtrics.com/jfe/form/SV_3Ug7egtBC5nNgTb))

All participants should be faculty/staff of the University or Full/Associate Member of Staff Association. Priority for Members/Associate Members of Staff Association

Convener: BAI Lian      Enquiry: email: shbai@ust.hk      Tel: 23587773

Non-members are welcome to join Staff Association to enjoy member benefits. Annual membership fee is \$30. Register at: [http://staff.ust.hk/membership\\_form.html](http://staff.ust.hk/membership_form.html)

## 太極課程

各式養生 / 傳統 / 競賽 太極拳, 健身氣功, 太極推手

程度: 初級 - 講解太極基礎理論及太極基本功練習

導師: 夏啟龍師父

國家一級武術教練員

世界國術總會 國際裁判

澳洲體適能 運動治療師

日期: 由 2020 年 9 月 16 日開始至 2020 年 12 月 16 日止, 逢星期三 (下午 1 時至下午 2 時)

地點: 何善衡體育館 1027 室 (場館未開則線上 ZOOM 進行)

語言: 廣東話 (輔以普通話及英語)

費用: 會員: 680 元 一期 (一季度)

非會員: 710 元 一期 (一季度, 包含 30 元非會員行政費)

報名: 新舊學員均須 2020 年 9 月 30 日前網上報名. 先到先得 [Enroll Online 網上報名](#)

所有參加者都必須是科大教職員或教職員協會會員/附屬會員. 教職員協會會員/附屬會員優先

召集人: 白蓮

查詢電郵: shbai@ust.hk

電話: 23587773

歡迎非會員加入本會, 享用會員福利, 年費港幣 30 元. 登記網址: [http://staff.ust.hk/membership\\_form.htm](http://staff.ust.hk/membership_form.htm)