

為什麼要選擇 Spinderella Pole Studio?

Spinderella Pole Studio 三位創辦人Fianna, Winnie, Tiffany 擁有豐富的教學經驗，一直深受同學歡迎，憑著對鋼管舞的熱情和相同的教學理念，於2017創辦了Spinderella Pole Studio。

我們希望帶給同學一個輕鬆愉快、舒適無壓力的學習環境，本校不設考試機制，希望同學除了能感受到鋼管舞的樂趣，同時著重技巧和優美，無需追趕進度。

本校提供多元化的課程、各有特色風格，適合不同適度及喜歡不同風格的你。

公眾假期, 八號風球, 紅雨或黑雨的課堂安排?

所有公眾假期、黃雨及紅雨：照常開放

如於課堂前兩小時

- 懸掛黑雨、八號風球或以上：課堂取消
- 除下黑雨、八號風球：照常開放

因惡劣天氣而取消的課堂，本校會安排特別補課，日期及時間將會另行公佈。

學習鋼管舞有什麼好處？

鋼管舞是一項運用全身的運動，有助你鍛鍊肌力及柔軟度，令你身形愈來愈健美。在學習鋼管舞過程中，你更會慢慢學懂接受和欣賞自己，令你更有自信。

我們的導師既親切又有耐心，無壓力的學習環境，加上好玩又富挑戰性的鋼管舞，定能助你減壓，為你黑板式的生活帶來點綴。

學習鋼管舞是不是必須穿著性感及高跟鞋?

鋼管舞蹈需要以身體不同部位抓實於鋼管以維持動作，一般衣著以背心、sport bra、短褲為主。鋼管舞蹈亦有很多不同風格，除了性感、亦可型格或抒情優美，不一定需要穿著高跟鞋。你可以視乎自己需要或所學習的課程作決定，但部份課程我們會建議同學穿著高跟鞋。

我從未接觸過舞蹈，亦無運動習慣，是否要有健美的身段，足夠的體能及柔軟度才可學習鋼管舞？

學鋼管舞會令你身體漸趨健美，不論你是高矮肥瘦，只要你有興趣，我們都歡迎你踏出第一步去感受學習鋼管舞的樂趣。

首次接觸鋼管舞，你不需要有很高的體能，我們的課程由淺入深，一步一步助你鍛練體力、耐力、柔軟度、舞蹈技巧及自信。

有適合新手或初學者的課程嗎？

大部份同學都是由報讀我們的入門課程 --- INTRO 開始，學習基本的鋼管舞蹈技巧、旋轉動作等，從而慢慢提升同學的體力、耐力、柔軟度、舞蹈技巧。

每堂課最多有多少學生，課堂會需要share pole嗎？

我們舒適寬躺的課室空間，最多可容納 14 位同學，課堂以一人一pole教學，務求令同學有足夠的實踐機會。

我可以通過什麼形式報名？

我們以網上報名及付款為主及作優先，首次報名的朋友可先到我們網頁 www.spinderella.com.hk 登記戶口。你亦可以選擇於報名日後第一個星期一，親臨本校以現金報名。無論你選擇網上或親臨報名，你必需已在本校網頁開設戶口，而所報課堂在付款後才能確認。

網上報名程序：

1. 登入戶口
2. 點選 Enroll Now 頁面
3. 於報名時間表點選心儀及合適的課程，Add to Cart
4. 點選Cart，確認所選的課堂無誤後，即可按check out進入付款頁面

5. 網上付款形式主要為PayPal 或 信用卡
6. 必須完成付款才能確定成功報名
7. 成功報名的課堂可於My account > Order History 查閱到報堂紀錄

我是首次報名的初學者，第一次上堂有需要準備什麼嗎？

報名後請留意自己第一堂的日子和時間，上堂前可預早10分鐘到達Studio準備，課堂上請穿著舒適的背心、sport bra、短褲。

報名是以課程形式？有沒有試堂或可單堂購買？

我們課程是以學期形式，每學期為8星期，所以課程每周固定時間上課，每堂一小時，第8週為表演週。

每個學期我們都有試堂，對象主要為初學者，有興趣的朋友歡迎到我們的FACEBOOK 專頁查詢，讚好及追蹤 “Spinderella Pole Studio” FACEBOOK 專頁 及 Instagram 以收取更多資訊。

學期開始後，視乎當堂出席人數，我們接受非當期學生drop in課堂，非當期學生單堂drop in 鋼管舞班費用為\$350，請到我們的FACEBOOK 專頁查詢。

我之前有學過鋼管舞，首次在Spinderella報名，應該怎樣選擇適合自己的課程？

雖然我們不設考試機制，但每個課程都有相應的最低要求，你可以參考我們網頁的課程簡介 www.spinderella.com.hk/classes.php，選擇適合自己程度及風格的課程。如有疑問，歡迎到我們的FACEBOOK 專頁私信查詢。

因傷病或其他身體健康因素未能出席課堂，可以申請退款或申請學費延期嗎？

如不幸因傷病或其他身體健康因素未能出席課堂，可先到我們的FACEBOOK 專頁私信通知，再於當學期內補交醫生證明文件，說明你暫時不適合運動。我們會根據收到通知的日子，在收到相關證明後，處理你的退款申請：

- 在新學期公開報名後二星期內的退款申請：扣除每個course \$200手續費後全數退還
- 在新學期公開報名後二星期後的退款申請：退還報名費用的半數
- 在新學期開始後的退款申請：以你仍未出席的課堂計算，退還費用的半數

退款會以現金形式退還，請同學親臨本校領取。

而一般在完成報名程序後，所報的課堂是不可取消，已繳交之報名費用亦將不會以任何形式退還、轉讓或帶到其他學期。