

8周

7/4/2011—8/26/2011

周一 至 周五

學期

學期 I: 7/4 - 7/29

學期 II: 8/1 - 8/26

班級

上午班: 9am - 12pm

下午班: 1pm - 4pm

課後班: 4pm - 7pm

學費

每日: 1 班

全學期: \$780

學期 I: \$410

學期 II: \$410

每日: 2 班

全學期: \$1000

學期 I: \$520

學期 II: \$520

每日: 3 班

全學期: \$1100

學期 I: \$600

學期 II: \$600

訓練中心地址

132-68 34th Ave
Flushing, NY 11354

電話: 646-450-8918

傳真: 866-560-8766

電郵: info@nybadmintoncenter.com

www.nybadmintoncenter.com



紐約
羽毛球
訓練中心

2011

暑期班

爲什麼要打羽毛球

羽毛球不僅是高超的競技體育，也是非常好的有氧運動。它可以提高個人的耐力，體力，速度和靈巧性。針對減肥，減血脂，減膽固醇，羽毛球都是非常適合的運動。

羽毛球拍僅有80克到95克的重量。羽毛球也不過57克而已。因此，羽毛球運動對球員的手腕，肩膀都不容易造成衝擊和損傷。

羽毛球是一個相對來說很容易入門的運動。幾乎所有的球員略加指點，很快便可以上場了。這有利于增強個人的自信心和優越感。

羽毛球是亞裔社區最爲流行的體育運動之一。十多年來，羽毛球在美國也越來越普及。

羽毛球還是一項很好的集體活動。父母和孩子；朋友都可以一同運動，度過快樂的業餘時間。

我們的教練團隊

主教練：吳赤兵（前中國國家羽毛球隊員，世界錦標賽第三，全美第一。曾執教西班牙奧運隊，美國奧運隊。）

他是全美少數獲得國家級教練資格的教練。

助理教練：均獲得全美二級教練資格，並有多年訓練少兒和少年班的經驗。

