

港島東醫院聯網 社區復康課程 (糖尿病) 運動復康訓練

欲報從速

活動名稱:	腰腿強化運動20式(共四堂)
內容:	此課程針對腰腿欠缺肌力, 運動耐力及 腰部姿勢不良之人士而設, 內容由物理治療師及健體教練設計, 透過負重運動及蓆上運動訓練, 提昇肌力及耐力。
對象:	長期病患者(心臟科、糖尿病、風濕科及痛症優先, 並須能獨立步行)
費用:	會員: \$40 非會員: \$60 綜援免費
名額:	15 (備註: 1. 須能獨立步行(可用手杖) 2. 首次優先 3. 需評估)
日期:	18/7-15/8 (8/8除外) (星期三)下午3:00-5:00
機構名稱:	香港復康會社區復康網絡康山中心
地址:	香港鰂魚涌英皇道1120號康山花園六座地下
電話號碼:	2549 7744
傳真號碼:	25475727
電郵:	crnkh@reabsociety.org.hk
網址:	e2care.hk