香港復康會
The Hong Kong Society for Rehabilitation
社區復康網絡
Community Rehabilitation Network

全方位健體運動

內容：研究証實運動可以有效減低血壓，控制血糖、改善體能、情緒及提升正能量，學懂正確運動方法，及早儲蓄你的健康!

日期：4/8-1/9/2021
(逢星期三·共五堂)

時間：晚上 7:00-9:00

地點：康山中心（鰂魚涌康山花園第六座地下(港鐵太古站 E3 出口）

對象：長期病患者（風濕科、心臟科、糖尿科、氣管科優先）

費用：會員$50　非會員$75　綜援免費

(經濟有困難者，可申請豁免收費，詳情可向中心職員查詢。)

備註：1.須能獨立步行及有基本運動耐力; 2.首次優先; 3.須評估

報名及查詢：2549-7744（活動編號：0136）
http://www.rehabsociety.org.hk