

瑜 珈 伸 展 班

(活動編號:0874)

透過瑜珈伸展動作，放鬆緊張肌肉，調適呼吸，有效改善姿勢及增強柔軟度。



日期：10月15日至11月5日
(逢星期六·共四堂)

時間：上午10:00至中午12:00

地點：康山中心

費用：會員\$40|非會員\$60|綜援免費

對象：長期病患者

備註：1.須能獨立步行
2.首次參加優先
3.先到先得



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

香港復康會社區復康網絡

康山中心
康山花園第六座地下

和您健康把關



2549 7744



9559 6023