

齊來運動

# 瑜珈伸展班

活動編號#0107



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度



長期病患者  
(風濕科, 心臟科, 糖尿科, 氣管科優先)

會員:\$40 | 非會員:\$60 | 綜援免費



6月5日 - 6月26日 (逢星期一, 共四堂)  
晚上7:00 - 9:00 | 康山中心



1. 須能獨立步行    2. 首次優先  
3. 先到先得        4. 須評估



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  
報名及查詢

☎ 2549 7744    📞 9559 6023



復康時刻傍住你