

港島東醫院聯網 社區復康課程 (糖尿科) 運動復康訓練

超值之選

活動名稱:	油壓式器械班
內容:	運動班的器械利用油壓的原理,透過循環式的阻力訓練,鍛鍊長者全身的大肌肉群
對象:	50 或以上及初學者
費用:	HK \$110/ 堂, 月費模式
名額:	8 人一班
日期:	每月恆常開班
時間:	星期一至星期五
機構名稱:	聖雅各福群會, R3綜合健體中心
地址:	香港堅尼地道112號聖公會聖雅各堂13樓
電話號碼:	2596 2770
傳真號碼:	2596 2799
電郵:	r3.info@sjs.org.hk
網址:	https://sjs.org.hk/tc/project/fee-details.php?id=4