



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



復康時刻傍住你



社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department



KH
Fitness

下肢肌肉運動班

(活動編號#0385)

健體教練針對腰腿肌力不足、姿勢不良者，設計出負重及蓆上運動，旨在提升肌力與耐力。

長期病患者(須能獨立步行及有基本運動耐力)

9月9日 - 9月16日 (逢星期三 | 共兩堂)

下午 2:00 - 4:00

康山中心 (太古站E3出口)

會員\$50 | 非會員\$60 | 綜援免費

首次優先 | 須評估

報名及查詢：**2549 7744**



掃描二維碼
立即報名