

活動編號 #0767



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

普拉提體驗班

透過基礎普拉提動作強化核心、改善體態，提升平衡力與身體柔韌度，輕鬆體驗運動樂趣。



查詢及報名

2549 7744



日期：12月2日 - 12月9日(逢星期三，共兩堂)

時間：下午 2:00 - 4:00

地點：康山中心 (康山花園六座地下)

費用：會員\$50 | 非會員\$60 | 綜援免費

首次優先 | 須評估

開始報名日期：21/9/2026