



香港醫藥援助會  
PROJECT CONCERN HONG KONG

資助機構 Funding Organisation:



香港公益金  
THE COMMUNITY CHEST

改善關節靈活性

# 健康

提升肌肉柔韌性

提高平衡能力

# 椅子操

放鬆肌肉



日期：2021年11月1日（星期一）

時間：上午10:30 - 11:30



地點：九龍慈雲山雲華街45號  
慈雲山(南)社區中心 地下活動室



導師：持牌專業教練

報名及查詢

地點：黃大仙慈雲山雲華街45號  
慈雲山南社區中心 2樓

電話：2776 9081

網址：[www.projectconcern.org.hk](http://www.projectconcern.org.hk)

