



八段錦氣功班

課程內容：教授八段錦及黃大仙防跌八式以達到強心益肺，調和內臟血氣運行，增強肝腎脾臟、脊髓神經功能；改善頸部及胸部血液循環，預防肩周炎，減輕肩頸痛症及腰痛背痛。

開課日期：2017年9月4日 - 11月13日

(10月2日除外)(逢星期一，共10堂)

時間：上午11時 - 12時 (1小時)

學費：港幣\$100

上課及報名地點：黃大仙區健康安全城市資源中心多用途室
(東頭(二)邨逸東樓地下12-14號)

導師：陳麗芳師傅

名額：12人



先到先得
額滿即止

查詢及報名：

黃大仙東頭(二)邨逸東樓地下12-14號

電話：3996 7672 傳真：3996 7673

電郵：wts.hsc@gmail.com

網址：www.wtsdhsc.org.hk

資源中心辦公時間：

星期一至五

上午9時至下午1時，下午2時至5時30分

星期六、日及公眾假期

休息

