



HONG KONG
HOUSING SOCIETY
香港房屋協會



長者花式體操興趣班(沙田區)

花式體操參考藝術體操和普及體操，配合音樂節奏和藉着控制輕器械，身體運動包括柔軟度、各種步伐、跳躍、平衡和轉體；特徵是揉台優美、藝術及活力作體操運動。

由2019年9月19日開始(星期四上課 共12堂)

下午2:00至下午3:30

賽馬會乙明青年空間活動室/舞蹈室(G02)

歡迎60歲以上房協住戶/
房協之友參加

20名(先到先得，額滿即止)

房協住戶 / 房協之友
全期\$240(12堂)



如有任何查詢，可聯絡屋邨辦事處 2839 7997，或致電房協之友熱線2839 7733
(星期一至五 上午9時至12時;下午2時至5時)。