觀塘體育促進會有限公司定康分會 主辦 香港瑜伽總會有限公司 協辦

瑜伽訓練班章程

課程簡介:現代都市人生活緊張，暴飲暴食，睡眠不足，缺乏運動，令人心身疲累，內分泌失調，容易長期處於病患狀態，瑜伽運動對現代人的健康有極大的幫助，練習瑜伽可以增強細胞能力，對於慢性疾病調節很有幫助。

日　　期:2009 年 7 月 7 日至 2009 年 9 月 8 日(逢星期二)合共:十堂

地　　點:鯉魚門體育館 2 字樓（副場館）

時　　間:晚上七時十五分至八時四十五分

請自備大毛巾

報 名 費:每班 300 元

報名地點:觀塘仁愛圍(輔仁街交界)觀塘體育促進會或現場與導師聯絡

查詢電話: 2343 5856 梁姑娘

註: 參加者需遵守本會及場地規則,並注意個人安全,運動員如有需要可自行購買適當保險,本會恕不承擔任何責任.

報名一經落實,報名費恕不退回

*** 如公眾假期，則順延下一節，不另行通知。***

如參加人數不足,本會有權取消此項活動,到時將會個別通知,退回報名費.

xxxx