

香港強脊會

九龍醫院水中運動班

2023年10月至2023年12月份(逢星期二及星期五)

日期：2023年10月10日至11月28日(逢星期二，共8堂)

日期：2023年10月20日至12月08日(逢星期五，共8堂)

時間：A班一晚上 6:45 至 7:30

B班一晚上 7:45 至 8:30

地點：九龍醫院康復大樓一樓水療池
(九龍旺角亞皆老街 147A 醫院管理局後鄰)

對象：香港強脊會會員


人數：每班 15 人，普通會員優先

導師：每堂均由專業導師帶領學習

費用：會員及家屬 \$400，綜援者 \$200

備註：中途退出者，恕不退款，所繳款項將撥作本活動營運開支

報名：http://bit.ly/KH_Oct-Dec2023

*鳴謝支持機構 



九龍公園泳館水中運動班

2023年10月至2023年11月份(逢星期一及星期三)

日期：2023年10月- 2023年11月(共一期)

時間：星期一 (6至7時、7至8時) 或

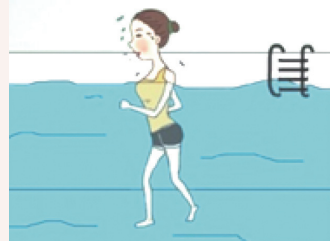
星期三 (6至7時、7至8時)

地點：尖沙咀柯士甸道 22 號九龍公園泳館室內訓練泳池

對象：風濕科患者

人數：25人 / 每期 / 每時段

費用：每人 \$35 / 每期 / 每時段



如欲查詢或報名以上之水中運動班，請致電：2794 4803



賽馬會風濕病患者復康及教育計劃 (水中運動復康治療班)

2024年 ~ 第一期

九龍伊利沙伯醫院

日期	2024年01月08日至2024年03月04日，逢星期一(共8堂)	
時間	A班：晚上 6:15 - 7:00	B班：晚上 7:15 - 8:00

12/02/2024(星期一)除外

日期	2024年01月04日至2024年02月29日，逢星期四(共8堂)	
時間	C班：晚上 6:15 - 7:00	D班：晚上 7:15 - 8:00

日期	2024年01月05日至2024年03月01日，逢星期五(共8堂)	
時間	E班：晚上 6:15 - 7:00	F班：晚上 7:15 - 8:00

日期	2024年01月06日至2024年03月02日，逢星期六(共8堂)	
時間	G班：下午2:00 - 2:45	H班：下午3:00 - 3:45

10/02/2024(星期六)除外

柴灣東區尤德夫人那打素醫院

日期	2024年01月04日至2024年03月28日，逢星期四(共8堂)	
時間	A班：晚上 6:45 - 7:30	B班：晚上 7:45 - 8:30

08、15、22、29/02 & 07/03/2023(星期四)除外

元朗博愛醫院

日期	2024年01月06日至2024年03月02日，逢星期六(共8堂)	
時間	A班：下午2:00 - 2:45	B班：下午3:00 - 3:45

10/02/2024(星期六)除外

收費：**全期\$400 (共8堂)**，所有課堂均不設退款。

【綜援及醫療收費減免受助人半費】

備註：風濕科水療練習計劃均有物理治療師指導

如欲查詢或報名以上之水中運動班，請致電：2794 4803