

香港勵志會陳融晚晴中心 2017年9月份活動一覽表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
					09:15 瑜珈班B(4) 11:00 太極健身班C(6) 14:00 智趣樂小組第二期(1) 14:15 聲樂班A(4) 15:30 聲樂班B(4)	09:00 編織暖流組A(2) 09:30 活力長者健康操(2) 10:30 太極健身班B(2) 11:45 卡拉OK唱一番(1)	
3	4	5	6	7	8	9	
藝文青之旅	09:30 和風組例會(停) 11:00 朗月組例會(停) 14:30 蒼松組例會	09:30 旭日組例會 11:00 景星組例會 14:30 翠柏組例會 15:30 長者諮詢委員會會議	上課地點： 西灣河文娛中心 09:30 集體健康舞班A(1) 11:15 集體健康舞班B(1)	09:00 護老同行加油站-柔力球(二)(8) 10:30 普通話班(6) 11:50 歌唱技巧班A(2) 14:15 晚晴唱家班(3) 14:30 「智晴寶」訓練工作坊(補堂) 15:30 歌唱技巧班B(2)	09:30 健康檢查站 09:30 魔力橋數字牌(6) 09:15 書法班(5) 10:35 詩詞班(5) 11:50 輕鬆智趣學英文(6) 14:30 晚晴粵曲班(5) 14:30 快樂扭氣球工作坊B(1)	09:15 瑜珈班B(5) 11:00 太極健身班C(7) 14:15 聲樂班A(5) 14:30 金裝加營養、怡保康及活力加營養 5:30 聲樂班B(5)	09:00 編織暖流組A(3) 09:30 品味人生 【咖啡手沖工作坊】 09:30 活力長者健康操(3) 10:30 太極健身班B(3) 11:45 卡拉OK唱一番(2)
10	11	12	13	14	15	16	
09:30 手工藝交流組(停) 09:15 中文班(停) 10:30 唱歌學英文(停) 12:00 快樂椅子舞基礎班(停) 09:30 和風組例會 11:00 朗月組例會 14:30 防跌二十四式(4) 15:35 太極健身班A(4)	08:45 快樂椅子舞進階班(7) 09:00 編織暖流組B(7) 10:00 初級英文班(7) 11:30 護老同行加油站-方型踏步(二)(8) 14:45 瑜珈班A(5)	上課地點： 鯉魚涌社區會堂 09:30 集體健康舞班A(2) 11:15 集體健康舞班B(2)	09:00 護老同行加油站-柔力球(二)(9) 10:30 普通話班(7) 11:50 歌唱技巧班A(3) 14:15 晚晴唱家班(4) 15:30 歌唱技巧班B(3)	09:30 健康檢查站 09:30 魔力橋數字牌(7) 09:15 書法班(6) 10:35 詩詞班(6) 11:50 輕鬆智趣學英文(7) 14:30 晚晴粵曲班(6) 14:30 快樂扭氣球工作坊B(2)	09:15 瑜珈班B(6) 11:00 太極健身班C(完) 14:00 智趣樂小組第二期(2) 14:15 聲樂班A(6) 15:30 聲樂班B(6)	09:00 編織暖流組A(4) 09:30 活力長者健康操(4) 10:30 太極健身班B(4) 11:45 卡拉OK唱一番(3)	
17	18	19	20	21	22	23	
09:30 手工藝交流組(7) 09:15 中文班(6) 10:30 唱歌學英文(6) 12:00 快樂椅子舞基礎班(6) 14:30 防跌二十四式(5) 15:35 太極健身班A(5)	08:45 快樂椅子舞進階班(完) 09:00 編織暖流組B(完) 10:00 初級英文班(完) 11:30 護老同行加油站-方型踏步(二)(9) 14:45 瑜珈班A(6)	上課地點： 西灣河文娛中心 09:30 集體健康舞班A(3) 11:15 集體健康舞班B(3)	09:00 護老同行加油站-柔力球(二)(10)(完) 10:30 普通話班(完) 11:50 歌唱技巧班A(4) 14:15 晚晴唱家班(5) 15:30 歌唱技巧班B(4) 16:30 月滿中秋慶生辰	09:30 健康檢查站 09:30 魔力橋數字牌(完) 09:15 書法班(7) 10:35 詩詞班(7) 11:50 輕鬆智趣學英文(完) 14:30 晚晴粵曲班(7) 14:30 快樂扭氣球工作坊B(3)	08:00 2017/2018年度全身檢查 09:15 瑜珈班B(停) 11:00 太極健身班C(停) 11:00 內科急症講座(義工) 14:00 智趣樂小組第二期(3) 14:15 聲樂班A(7) 15:30 聲樂班B(7)	09:00 編織暖流組A(5) 09:30 品味人生 【咖啡沖煮示範工作坊】 09:30 活力長者健康操(5) 10:30 太極健身班B(5) 11:45 卡拉OK唱一番(4)	
24	25	26	27	28	29	30	
09:30 手工藝交流組(完) 09:15 中文班(7) 10:30 唱歌學英文(7) 12:00 快樂椅子舞基礎班(7) 14:30 防跌二十四式(6) 15:35 太極健身班A(6)	08:45 快樂椅子舞進階班(1) 09:00 避暑之旅 09:00 編織暖流組B(1) 10:00 初級英文班(1) 11:30 護老同行加油站-方型踏步(二)(10)(完) 14:45 瑜珈班A(7)	上課地點： 西灣河文娛中心 09:30 集體健康舞班A(完) 11:15 集體健康舞班B(完)	09:30 編織暖流AB組會議 10:30 普通話班(停) 11:50 歌唱技巧班A(5) 14:00 中秋關懷行動(上門探訪) 14:15 晚晴唱家班(6) 15:30 歌唱技巧班B(5)	09:30 健康檢查站 09:30 魔力橋數字牌(1) 09:15 書法班(完) 10:00 女士小組之走進昔日公共房屋 10:35 詩詞班(完) 11:50 輕鬆智趣學英文(1) 14:30 晚晴粵曲班(完) 14:30 快樂扭氣球工作坊B(4)	09:15 瑜珈班B(7) 11:00 太極健身班C(1) 12:30 護老同行加油站-樂滿中秋聚 14:00 智趣樂小組第二期(4) 14:15 聲樂班A(完) 15:30 聲樂班B(完)	09:00 編織暖流組A(6) 09:30 活力長者健康操(6) 10:30 太極健身班B(6) 11:45 卡拉OK唱一番(完)	