

香港勵志會陳融晚晴中心 2018年11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
				1 09:30 魔力橋數字牌 09:15 書法班(停) 10:35 詩詞班(停) 11:50 輕鬆智趣學英文(8停) 14:30 晚晴粵曲班(停)	2 09:15 瑜伽班B(6) 11:30 太極健身班C(停) 13:45 笑談普通話(2) 14:00 智趣樂小組(第二期)(4) 15:15 聲樂班(5)	3 09:00 編織暖流組A(10) 09:30 活力長者健康操(8) 10:30 太極健身班B(6) 11:00 3D立體畫工作坊
4 09:30 和風組例會 11:00 朗月組例會 14:30 蒼松組例會	5 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	6 10:00 卡拉OK唱一番(1) (鯽魚涌社區會堂會議室) 10:00 集體健康舞班A(1) 11:00 集體健康舞班B(1) 12:00 集體健康舞班C(1) (西灣河文娛中心)	7 09:30 健康檢查站 10:00 義工急救課程(5) 10:30 普通話班(6) 11:00 護老同行加油站－ 同玩柔力球(三)(4) 11:50 歌唱技巧班A(停) 14:15 晚晴唱家班(3) 15:30 歌唱技巧班B(停)	8 09:30 魔力橋數字牌 09:15 書法班(2) 10:35 詩詞班(2) 11:50 輕鬆智趣學英文(9) 14:30 晚晴粵曲班(7)	9 09:15 瑜伽班B(停) 09:30 護老同行加油站－ 快樂音樂減壓 10:00 耆趣手工齊來做(1) 11:00 護老常識資訊站－ 1+1運動工作坊 11:30 太極健身班C(停) 13:45 笑談普通話(3) 14:00 智趣樂小組(第二期)(停) 14:30 金裝加營養、怡保康 及活力加營養 15:15 聲樂班(6)	10 09:00 編織暖流組A(1) 09:30 活力長者健康操(9) 10:30 太極健身班B(7)
11 09:15 輕鬆智趣學中文(10完) 09:30 手工藝交流組(停) 10:30 唱歌學英文(7) 14:30 健身二十四式(10完) 15:35 太極健身班A(10完)	12 09:00 編織暖流組B(1) 09:45 護老同行加油站－ 禪繞畫初階(三)(3) 10:00 初級英文班(9) 11:30 護老同行加油站－ 方型踏步(三)(3) 14:45 瑜伽班A(1)	13 10:00 卡拉OK唱一番(2) (鯽魚涌社區會堂會議室) 10:00 集體健康舞班A(2) 11:00 集體健康舞班B(2) 12:00 集體健康舞班C(2) (YMCA - 康怡會所)	14 09:30 健康檢查站 10:00 義工急救課程(6完) 10:30 普通話班(7) 11:00 護老同行加油站－ 同玩柔力球(三)(5) 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)	15 09:00 遊樂園 09:30 魔力橋數字牌 09:15 書法班(3) 10:35 詩詞班(3) 11:50 輕鬆智趣學英文(10) 14:30 晚晴粵曲班(8完)	16 09:15 瑜伽班B(7) 10:00 耆趣手工齊來做(2) 11:30 太極健身班C(1) 13:45 笑談普通話(4) 14:00 智趣樂小組(第二期)(5) 15:15 聲樂班(7)	17 09:00 編織暖流組A(2) 09:30 活力長者健康操(10完) 10:30 太極健身班B(8) 11:30 義工皮革班(1)
18 09:15 輕鬆智趣學中文(補5) 09:30 手工藝交流組(停) 10:30 唱歌學英文(8) 14:30 健身二十四式(補5) 15:35 太極健身班A(補5)	19 09:00 編織暖流組B(2) 09:45 護老同行加油站－ 禪繞畫初階(三)(4) 10:00 初級英文班(10完) 11:30 護老同行加油站－ 方型踏步(三)(4) 14:45 瑜伽班A(2)	20 10:00 卡拉OK唱一番(3) (鯽魚涌社區會堂會議室) 10:00 集體健康舞班A(3) 11:00 集體健康舞班B(3) 12:00 集體健康舞班C(3) (YMCA - 康怡會所)	21 09:30 健康檢查站 10:30 普通話班(8) 11:00 護老同行加油站－ 同玩柔力球(三)(6) 11:50 歌唱技巧班A(4) 13:30 我們這一家2018-2019 14:15 晚晴唱家班(5) 15:30 歌唱技巧班B(4)	22 09:30 魔力橋數字牌 09:15 書法班(4) 10:35 詩詞班(4) 11:50 輕鬆智趣學英文(補8) 14:30 晚晴粵曲班(1)	23 09:00 創科遊 09:15 瑜伽班B(8完) 10:00 耆趣手工齊來做(3) 11:30 太極健身班C(2) 13:45 笑談普通話(5) 14:00 智趣樂小組(第二期)(6) 15:15 聲樂班(8完)	24 09:00 編織暖流組A(3) 09:30 活力長者健康操(停) 10:30 太極健身班B(9) 11:30 義工皮革班(2)
25 09:15 輕鬆智趣學中文(1) 09:30 手工藝交流組(停) 10:30 唱歌學英文(9) 14:30 健身二十四式(補6) 15:35 太極健身班A(補6)	26 09:00 編織暖流組B(3) 09:45 護老同行加油站－ 禪繞畫初階(三)(5) 10:00 創新遊 - 「誰是卧底？」 10:00 初級英文班(停) 11:30 護老同行加油站－ 方型踏步(三)(5完) 14:45 瑜伽班A(3)	27 10:00 卡拉OK唱一番(4完) (鯽魚涌社區會堂會議室) 10:00 集體健康舞班A(4完) 11:00 集體健康舞班B(4完) 12:00 集體健康舞班C(4完) (YMCA - 康怡會所)	28 09:30 健康檢查站 10:30 普通話班(9) 11:00 護老同行加油站－ 同玩柔力球(三)(7) 11:50 歌唱技巧班A(5) 14:15 晚晴唱家班(6) 15:30 歌唱技巧班B(5)	29 09:30 魔力橋數字牌 09:15 書法班(5) 10:35 詩詞班(5) 11:50 輕鬆智趣學英文(1) 14:30 晚晴粵曲班(2) 17:00 冬日賀壽迎30	30 09:15 瑜伽班B(1) 10:00 耆趣手工齊來做(4) 11:30 太極健身班C(3) 13:45 笑談普通話(6) 14:00 智趣樂小組(第二期)(7) 15:15 聲樂班(1)	12月份活動，請留意12月通訊或中心網頁。