



# 香港東區婦女福利會

慧群中心

## 健體瑜珈班

A 班 星期一 下午 2:00 - 3:30

B 班 星期二 上午 11:00 - 12:30

C 班 星期五 下午 2:00 - 3:30

內容：教授多項瑜珈招式，例如：熱身運動、調適呼吸、鬆馳運動、瑜珈不同招式等等。

地點：北角渣華道210號，本大廈4字樓活動室

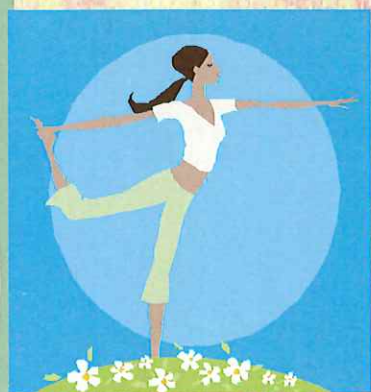
對象：有興趣之婦女會員

費用：\$400(共10堂)

名額：12人

導師：吳麗芳女士

**歡迎有興趣之婦女到本大廈4字樓查詢及報名**



電話：2811 5089

北角渣華道210號4字樓