



## 全方位抗衰老課程

以一個月為期，每星期兩或三節，每節2小時  
課程內容包括60分鐘的漸進式循環訓練及60分鐘的腦力訓練。

6月  
特別班

以下班組餘下少量名額

**H班:(逢一,五)下午3至5時**  
**6月1-29日(共8堂,\$760)**

**7月**

**A班:(逢一,三)上午9至11時**  
**7月4-30日(共8堂,\$760)**

**6月**

**A班:(逢一,三)上午9至11時**  
**6月4-27日(共7堂,\$665)**

**B班:(逢一,三,五)上午10至12時**  
**7月4-30日(共12堂,\$1140)**

**G班:(逢一,五)下午2至4時**  
**7月6-30日(共8堂,\$760)**

**B班:(逢一,三,五)上午10至12時**  
**6月1-29日(共12堂,\$1140)**

**C班:(逢一,五)上午11至1時**  
**7月6-30日(共8堂,\$760)**

**H班:(逢一,五)下午3至5時**  
**7月6-30日(共8堂,\$760)**

**C班:(逢一,五)上午11至1時**  
**6月1-29日(共8堂,\$760)**

**8月**

**A班:(逢一,三)上午9至11時**  
**8月1-27日(共8堂,\$760)**

**G班:(逢一,五)下午2至4時**  
**8月3-27日(共8堂,\$760)**

**G班:(逢一,五)下午2至4時**  
**6月1-29日(共8堂,\$760)**

**B班:(逢一,三,五)上午10至12時**  
**8月1-27日(共12堂,\$1140)**

**H班:(逢一,五)下午3至5時**  
**8月3-27日(共8堂,\$760)**

**H班:(逢一,五)下午3至5時**  
**6月1-29日(共8堂,\$760)**

**C班:(逢一,五)上午11至1時**  
**8月3-27日(共8堂,\$760)**

### 報名及查詢

親臨中心或致電 3763 1000

地址：新界大埔富善邨善鄰樓地下A翼及B翼  
電話：3763 1000 網址：www.jcch.org.hk

新會員報名  
可享一個月  
份8折優惠!



## 全方位抗衰老課程

以一個月為期，每星期兩或三節，每節2小時  
課程內容包括60分鐘的漸進式循環訓練及60分鐘的腦力訓練。

6月  
特別班

以下班組餘下少量名額

**H班:(逢一,五)下午3至5時**  
**6月1-29日(共8堂,\$760)**

**7月**

**A班:(逢一,三)上午9至11時**  
**7月4-30日(共8堂,\$760)**

**6月**

**A班:(逢一,三)上午9至11時**  
**6月4-27日(共7堂,\$665)**

**B班:(逢一,三,五)上午10至12時**  
**6月1-29日(共12堂,\$1140)**

**C班:(逢一,五)上午11至1時**  
**6月1-29日(共8堂,\$760)**

**G班:(逢一,五)下午2至4時**  
**6月1-29日(共8堂,\$760)**

**H班:(逢一,五)下午3至5時**  
**6月1-29日(共8堂,\$760)**

**B班:(逢一,三,五)上午10至12時**  
**7月4-30日(共12堂,\$1140)**

**C班:(逢一,五)上午11至1時**  
**7月6-30日(共8堂,\$760)**

**G班:(逢一,五)下午2至4時**  
**7月6-30日(共8堂,\$760)**

**H班:(逢一,五)下午3至5時**  
**7月6-30日(共8堂,\$760)**

**8月**

**A班:(逢一,三)上午9至11時**  
**8月1-27日(共8堂,\$760)**

**B班:(逢一,三,五)上午10至12時**  
**8月1-27日(共12堂,\$1140)**

**C班:(逢一,五)上午11至1時**  
**8月3-27日(共8堂,\$760)**

**G班:(逢一,五)下午2至4時**  
**8月3-27日(共8堂,\$760)**

**H班:(逢一,五)下午3至5時**  
**8月3-27日(共8堂,\$760)**

### 報名及查詢

親臨中心或致電 3763 1000

地址：新界大埔富善邨善鄰樓地下A翼及B翼  
電話：3763 1000 網址：www.jcch.org.hk

新會員報名  
可享一個月  
份8折優惠!