



# 1月 活動好安排



本月新活動

活動舉辦地點: Club O 會址 (指定地點除外)

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
						1 手療入門基本功 中午 12:00 – 6:00
2 手療入門基本功 中午 12:00 – 6:00 水果練功日 下午1:30	3 (CLUB O店及辦事處 休息)	4 楊式太極拳 上午 11:00 – 12:00 佳節華麗奇癒： 尋找療癒身心的色彩 晚上 7:15 – 8:45	5 溝通～愛的藝術： 身體溝通 上午 11:00 – 12:30 脈輪舞動靜心： 底輪 晚上 7:15 – 9:00	6 賀年水仙班 上午11:00 – 中午12:30 開心健康舒痛班 下午 2:30 – 3:30 療癒夜 晚上 7:15 – 8:45	7	8 禪食體驗 下午1:00 – 2:00 基礎素食營養學 3 下午 2:30 – 4:00
9 健康賀年糕班 下午2:00 – 4:00	10 (CLUB O店及辦事處 休息)	11 楊式太極拳 上午 11:00 – 12:00 佳節華麗奇癒： 運動身體，心靈亮麗 晚上 7:15 – 8:45	12 溝通～愛的藝術： 正念瑜伽 上午 11:00 – 12:30 脈輪舞動靜心： 臍輪 晚上 7:15 – 9:00	13 美麗健康長壽， 從改變呼吸開始 上午11:00 – 中午12:30 開心健康舒痛班 下午 2:30 – 3:30 我也是療癒師 晚上 7:15 – 8:45	14 網球筋膜按摩 上午11:00 – 中午12:30	15 道家養生功(二) 上午11:00 – 12:30 「活該快樂」分享會 下午 4:00 – 5:30
16 愛心手工摺紙班 中午12:00 – 下午1:00 健康賀年糕班 下午2:00 – 4:00	17 (CLUB O店及辦事處 休息)	18 楊式太極拳 上午 11:00 – 12:00 佳節華麗奇癒： 再遇遺忘了的自己 晚上 7:15 – 8:45	19 溝通～愛的藝術： 內在小孩 上午 11:00 – 12:30 脈輪舞動靜心： 太陽神經叢 晚上 7:15 – 9:00	20 餃子湯丸派對： 心譜食譜好過年 上午11:00 – 中午12:30 開心健康舒痛班 下午 2:30 – 3:30 我也是療癒師 晚上 7:15 – 8:45	21	22
23 行山樂 早上9:30	24 (CLUB O店及辦事處 休息)	25 楊式太極拳 上午 11:00 – 12:00	26 溝通～愛的藝術： 和諧揮春 上午 11:00 – 12:30 脈輪舞動靜心： 心輪 晚上 7:15 – 9:00	27 開心健康舒痛班 下午 2:30 – 3:30 我也是療癒師 晚上 7:15 – 8:45	28	29 道家養生功(二) 上午11:00 – 12:30
30	31 (CLUB O店及辦事處 休息)					

立即報名！ ☎ 2619 0000  
☎ 6773 6361

名額有限，每位參加者報名後需三天內全數付款方可作實，否則當作自動放棄。  
(本會保留更改活動詳情的權利，請密切留意最新發佈。)