



社團  
法人 中華小腦萎縮症病友協會

## 115 年度南區「無礙愛運動」活力運動 報名中

南區活力運動課程特別規劃「坐姿健康運動」，

不受場地及身體狀況限制，可安全運動又可強化肌力及平衡力，

學習後養成每天做一次 30 分鐘的習慣，保有健康與活力。

讓我們一起學習，養成運動的好習慣吧~趕緊來訊報名唷~

### 一、活動訊息

【活動對象】本會南區會員與陪伴者。

【活動時間】115 年 5 月 4 日起至 7 月 27 止，週一下午 12:00 ~ 下午 15:00。

【活動地點】南區辦公室(高雄市新興區民生一路 56 號 7 樓之 4)

【活動費用】免費

### 二、報名訊息

來電、LINE@來訊皆可報名，報名後請務必來電確認

◇ LINE@報名(掃描右方 qrcode)

◇ 聯絡電話：南區辦公室(07)225-0372，社工員蔡佳玟。

◇ 報名須提供參與者姓名/電話/餐食葷素/陪伴者亦同

\*若有任何課程疑問，歡迎電話洽詢，謝謝。

\*隨時歡迎新成員加入！請於參加前一週告知主責社工員。



南區 LINE@

指導單位:運動部、高雄市政府運動發展局

