

泰拳 我型

GET IN SHAPE

2016新一年，HISN 又再引入新奇好玩運動啦，今期為大家帶來泰拳班。專業導師依照學員程度重點利用拳、腿、肘、膝的泰拳技巧，動作刺激靈活能有效地釋放生活及工作上的壓力，更有瘦身纖體的效果、強化肌肉等等，適合初學者及希望改善身型線條的男女，事不宜遲，快來報名參加!!

日期：2016年3月5、12、19日（逢星期六，三堂）

時間：下午5點至7點

地點：Rooftop Fitness (旺角道97號華懋王子大廈2樓J室)

集合時間及地點：下午4:45，旺角道97號華懋王子大廈地下

活動內容：MUAY THAI泰拳及Cross Training綜合體能訓練

收費：聾福及HISN會員 \$270，HISN 會員\$306 (原價\$600)

*凡成為香港聾人福利促進會會員可享優惠價錢參加

對象：只限HISN會員參加



*以上圖片為該店的教練團。
圖片來源

https://www.facebook.com/rooftopfitness/photos_stream

「HISN泰拳初班」

活動細則：

1. 參加者必須準時在下午4:45 於旺角道97號華懋王子大廈地下集合，逾時不候。如遲到者，將當作放棄參加論。為免影響活動進度，大會不會為個別遲到會員安排進入場地及作任何退款
2. 活動場地已為參加者購買第三者保險及意外保險，請參加者以安全為上，嚴格遵守指示
3. 參加者宜穿著運動服裝及運動鞋，帶備毛巾及後備衣物
4. 請參加者參與活動時除下耳機，並自行準備耳機盒存放，如有損失參加者自負；
5. 參與活動時，請參加者除去身上所有飾物，女孩子束起頭髮；
6. 活動以參加者人頭為單位
7. 如需要特別安排，請參加者在報名時列明於報名表上及口頭通知報名職員
8. 本會有權按活動需要作出內容修改，參加者不得異議
9. 所有款項一經收取不設退款
10. 天雨安排：
活動前兩小時天文台懸掛黑色或以上暴雨警告、八號或以上的強風訊號，活動將會取消。

報名方法：

1. 親身報名：參加者填妥報名表格，可於辦公時間內親臨以下三所中心報名及繳費
將軍澳中心：新界將軍澳尚德邨尚美樓6樓
香港中心：香港北角英皇道668號健康村康勝閣平台
新界中心：新界屯門安定邨定龍樓地下105-108室
2. 郵寄報名：
填妥報名表格及附有劃線支票，寄回本會將軍澳中心
支票抬頭「香港聾人福利促進會」
信封面註明 - 報名參加 聽障青年支援網絡 「HISN泰拳初班」活動

查詢：電話：2711 1974 / 傳真：2761 4390 / 電郵：hisn@deaf.org.hk 與陸姑娘聯絡
網址：<http://hisn.deaf.org.hk>

香港聾人福利促進會 主辦

 香港聾人福利促進會
The Hong Kong Society for the Deaf

