

2025 世界社工日

系列活動二：自我關顧/舒壓體驗活動

課程名稱	運動班- 有氧拳擊班
課程內容	拳擊有氧會改善你的肌肉張力，有助於緩解壓力，改善您的敏捷度，提升反射能力和協調能力。
名額	15 人
日期	2025 年 4 月 17 日(星期四)
時間	18:30 至 19:30(1 小時)
對象	現職社會工作者、持有社會工作者專業資格認可人士、現就讀社工系學生
上課地點	澳協綜合教育中心 地址：澳門宋玉生廣場 258 號建興龍廣場 5 樓 G、5 樓 H
授課語言	廣東話
課程費用	免費
導師	澳協綜合教育中心之專業教練

備註：

1. 倘報名人數多於指定名額時，將以抽籤形式取錄；
2. 同一活動只可登記報名一場次；
3. 倘有參加者獲抽中兩個同樣時段的活動，需擇一參加，而另一活動的名額則會由該活動的候補人士補上；
4. 獲錄取者將收到主辦單位發出短訊/或電話通知確認名額；
5. 獲錄取者因事未能出席，請至少提早兩天通知主辦單位，以便安排候補人士補上；
6. 如在報名上有任何查詢，可於辦公時間內致電 28712965 王生 28930362 燕姑娘。