



中國香港健美總會

HONG KONG CHINA BODYBUILDING AND FITNESS ASSOCIATION

香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1028 室

Room 1028, Olympic House, 1 Stadium Path, So Kon Po, Causeway Bay, Hong Kong

Tel: (852) 2504-8246 Fax: (852) 2576-9703 Website: www.hkbba.org E-mail: info@hkbba.org

肌肉伸展運動班

日期及時間：2018 年 3 月 20 日 (星期二) 晚上 7 時至 9 時正

地點：楊屋道體育館 (荃灣楊屋道 45 號楊屋道市政大廈 4 樓)

目的：讓大眾認識更多有關健美健身運動的知識

語言：廣東話

費用：\$90

人數：30 人 (名額先到先得)

內容：動態伸展、靜態伸展、被動式伸展、PNF 伸展 (本體感受神經肌肉伸展)

* 備註：本工作坊可作為中國香港健美總會延續教練證書的部份學分。
課程一經報名，不設補課、不得申請退款、轉班或由他人代替參加。

- 報名表格 -

姓名： _____ (英文) _____ (中文)

聯絡電話： _____ 會員號碼： _____

地址： _____

電子郵件： _____

謹此同意及明白章程所列之內容和條款及願意遵從，並同意中國香港健美總會保留最終決定權。

簽署： _____

* 請填妥本報名表格後連同劃線支票寄回中國香港健美總會(地址：銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1028 室)。信封面請註明「肌肉伸展運動班」。如有任何查詢，請致電：2504-8246。