

明愛沙田長者中心第三齡學苑(文禮路) 2019年12月份活動表

電話:2601 0910

日	一	二	三	四	五	六
<p>1 (假期) (中心暫停開放)</p> 	<p>2</p> <p>9:30 U3A 復康活力操 5 10:30 U3A 康福舞班 5</p> <p>2:00 公開大學-楷書課程 <<勤禮碑>> 7</p>	<p>3</p> <p>9:30 U3A 活力舞班 9 11:15 U3A 粵曲班 7</p>	<p>4</p> <p>9:30 U3A柔力球初班 8 10:45 U3A柔力球高班 7 12:00 U3A標者立義 3</p> <p>1:45 U3A開心金曲班 7</p>	<p>5</p> <p>第三齡支援網絡 9:00 音響義工訓練 2</p> <p>2:00 柔力球初階 (新田圍社區會堂) 9</p>	<p>6</p> <p>9:10 U3A 中西畫班 8 10:15 U3A 中西剪紙班 8 11:20 U3A 素描班 8</p> <p>平衡力與運動 (9:30, 11:00, 2:30)</p>	<p>7</p> <p>9:10 U3A氣功十八式 7 10:45 U3A 勁舞班 6</p>
<p>8 (假期) (中心暫停開放)</p> 	<p>9</p> <p>9:30 U3A 復康活力操 6 10:30 U3A 康福舞班 6</p> <p>2:00 公開大學-楷書課程 <<勤禮碑>> 8</p>	<p>10</p> <p>9:30 U3A 活力舞班 10 11:15 U3A 粵曲班 8</p> <p>2:00 桌上遊戲開放使用</p>	<p>11</p> <p>9:30 U3A柔力球初班 9 10:45 U3A柔力球高班 8 12:00 U3A標者立義 4</p> <p>1:45 U3A開心金曲班 8</p>	<p>12</p> <p>第三齡支援網絡 9:00 水墨畫班 A 7 10:35 水墨畫初班 B 7 11:50 水墨畫班 C 7 2:00 U3A 大笑瑜伽 2</p> <p>2:00 柔力球初階 (新田圍社區會堂) 10</p>	<p>13</p> <p>9:10 U3A 中西畫班 9 10:15 U3A 中西剪紙班 9 11:20 U3A 素描班 9</p> <p>認知障礙症與運動 (9:30, 11:00, 2:30)</p>	<p>14</p> <p>9:10 U3A氣功十八式 8 10:45 U3A 勁舞班 7</p>
<p>15 (假期) (中心暫停開放)</p> 	<p>16</p> <p>9:30 U3A 復康活力操 7 10:30 U3A 康福舞班 7</p> <p>2:00 公開大學-楷書課程 <<勤禮碑>> 9</p>	<p>17</p> <p>11:15 U3A 粵曲班 9</p> <p>2:00 嘆茶</p>	<p>18</p> <p>9:30 U3A柔力球初班 10 10:45 U3A柔力球高班 9 12:00 U3A標者立義 5</p> <p>1:45 U3A開心金曲班 9 3:15 U3A 委員會議</p>	<p>19</p> <p>第三齡支援網絡 9:00 水墨畫班 A 8 10:35 水墨畫初班 B 8 11:50 水墨畫班 C 8</p> <p>2:00 U3A 大笑瑜伽 3</p>	<p>20</p> <p>第三齡支援網絡 9:00 音響義工訓練 3</p> <p>10:00 運動諮詢</p>	<p>21</p> <p>9:10 U3A氣功十八式 9 10:45 U3A 勁舞班 8</p>
<p>22 (假期) (中心暫停開放)</p> 	<p>23</p> <p>9:30 U3A 復康活力操 8 10:30 U3A 康福舞班 8</p> <p>2:00 公開大學-楷書課程 <<勤禮碑>> 10</p>	<p>24</p> <p>11:15 U3A 粵曲班 10</p> <p>2:00 桌上遊戲開放使用</p>	<p>25 (聖誕節假期) (中心暫停開放)</p> 	<p>26 (聖誕節翌日假期) (中心暫停開放)</p> 	<p>27</p> <p>9:10 U3A 中西畫班 10 10:15 U3A 中西剪紙班 10 11:20 U3A 素描班 10</p> <p>2:00 桌上遊戲開放使用</p>	<p>28</p> <p>9:10 U3A氣功十八式 10 10:45 U3A 勁舞班 9</p>
<p>29 (假期) (中心暫停開放)</p> 	<p>30</p> <p>9:30 U3A 復康活力操 9 10:30 U3A 康福舞班 9</p> <p>2:00 桌上遊戲開放使用</p>	<p>31</p> <p>桌上遊戲開放使用</p>	<p>惡劣天氣活動安排</p> <p>黃色暴雨/一號風球 <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> </p> <p>紅色暴雨/三號風球 <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> </p> <p>黑色暴雨/八號風球以上 <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> </p>			