



錫安第52屆 周年大會

日期：22-11-2025 (星期六)
時間：14:15-16:30 (13:45登記入場)
地點：中心一樓禮堂
對象：有效中心會員
費用：全免
報名：由於場地有限，請會員預先報名。

查詢：Brian Sir (吳先生)
2344 8989
主禮嘉賓：心連心大行動副主席心連心
學院院長 譚翰蘭教授GBS, JP.
社會福利署觀塘區助理福利專員1
陳碧姬女士

大會流程

- 一. 主禮嘉賓致辭
- 二. 通過2023-2024年度
第51屆周年大會之會議紀錄
- 三. 主席周年報告
- 四. 義務司庫報告及通過
2024-2025年度財政報告

- 五. 總幹事工作報告
- 六. 選舉下屆管理委員會委員
- 七. 頒發委任狀及感謝狀
- 八. 致送紀念品
- 九. 委聘2025-2026年度核數師
- 十. 周年大會禮成及拍照
- 十一. 中心服務簡介



社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department

觀塘牛頭角道馬蹄徑一號寶恩大廈一、二樓
1/F - 2/F, Bo Yan Building, No. 1 Horse Shoe Lane,
Ngau Tau Kok Road, Kwun Tong, KLN
Tel:2344 8989



中心網頁



Whatapp
64098586



社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department



2025年 10-12月季刊

請於活動前親臨中心填寫會員申請表免費獲取會籍，即可以會員價參與活動，如非特別註明，各活動名額先到先得，不設留位。如有查詢，歡迎致電 2344 8989 與我們聯絡。



前往方法

- KMB** 1A,3D,11B,11C,11D,13D,14,14B,
15,16,17,23M,40,42C,80,80P,80X,
83X,89,89B,89C,89D,95M,
215X,258D,259D,277X
- NTK** 796S,796B,R22
- 港鐵** 35,56,102,104,106
- 牛頭角Ngau Tau Kok Station Exit A



享用自助餐
各款美食放題

錫安 52 周年 會員聚餐

***2025年10月3日正式接受報名**

日期：22-11-2025 (星期六)
活動時間：14:15-19:00 (13:45前登記入場)
用餐時間：17:00-19:00
集合地點：中心二樓錫家TEEN HOME活動室
聚餐地點：極尚大喜屋—鱷魚恤中心3樓

對象：有效中心會員
名額：60位
費用：\$100 (3歲或以上佔用坐位大小同價)
報名：名額有限，會員須購票報名，先報先得，
每個家庭只限報四位持有效會籍之家庭成員。
查詢：Brian Sir (吳先生) 2344 8989



備註：請當日活動完畢後徒步到餐廳，並出示購票收據入場。
內容：典禮、服務介紹、體驗活動、表演、抽獎。



目錄

1. 兒童及家庭服務：

- 課餘託管服務-P2
- 制服團隊(紅十字會)-P2
- 個人成長小組-P3
- 藝術小孩-身心靈系列-P4
- 學術支援-P5
- 小小運動員-P6-8
- 節日慶典-P9-10
- 家長活動-P10

2. 青少年活動-

青少年TEEN HOME：

- 與趣&社交&煮食-P11-12
- 戶外&運動-P13-14
- 節日慶典-P14
- 身心靈系列&義工TEENS-P14

3. AGM-P15



服務質素標準(標準)準則 Service Quality Standards

服務的宗旨和標應明確界定，其運作形式應予公開，讓職員、服務使用者、可能需要接受服務的人士及社會大眾知悉，以資受惠。

- 標準1 服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。
- 標準2 服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。
- 標準3 服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。
- 標準4 所有職員、管理人員及董事會的職務及責任均有清楚的界定。
- 標準5 服務單位／機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。
- 標準6 服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。
- 標準7 服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。
- 標準8 服務單位遵守一切有關的法律責任。
- 標準9 服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。
- 標準10 服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。
- 標準11 服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。
- 標準12 服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。
- 標準13 服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。
- 標準14 服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。
- 標準15 每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而無須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。
- 標準16 服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

聖誕節



手作聖誕薑餅

聖誕將至，又想更投入聖誕？當然少不了親手做一啲應節甜品。透過活動讓參加者享受煮食樂趣，感受聖誕節日氣氛。提升參加者自理能力。

- 📅 18/12/2024 (星期四)
- 🕒 19:30 - 21:30 (2小時)
- 📍 本中心
- 👥 6名
- ✅ 13至24歲青少年
- 💰 會員\$20, 非會員\$70
- 📌 1. 參加者需自備食物盒
2. 有興趣之參加者可與Felix sir查詢

負責職員: Felix Sir



聖誕 party game

想同朋友一齊慶祝聖誕？約定你一齊交換禮物同玩遊戲。

- 📅 16/12/2024 (星期二)
- 🕒 19:30 - 21:30 (2小時)
- 📍 本中心
- ✅ 12名
- 👥 13-24歲青少年
- 💰 會員免費

負責職員: Felix Sir

身心靈系列



桌遊之夜 (10月)

透過桌上遊戲鍛鍊青少年的推理能力，邏輯，記憶力，心理質素；促進人與人交流。培養青少年正向批判性思考。

- 📅 10/10, 17/10, 24/10, 31/10/2025(逢星期五)
- 🕒 20:00-21:00 (1小時)
- 📍 本中心集合及解散
- 👥 8名
- ✅ 13至24歲青少年
- 💰 會員免費, 非會員\$50

負責職員: Felix Sir

義工訓練



青年義工組

讓12-24歲青年的透過義工訓練，與及團隊建立，建立個人自信心。通過義工服務策劃、過程內容及總結經驗，使青少年獲得助人快樂之餘，從中更加可以學習策劃活動經驗。

- 📅 28日8月25年 31日12月25年 (於Whatsapps群組定立日期)
- 🕒 19:00 - 21:00 (2小時)
- 📍 本中心集合及解散
- ✅ 6名
- 👥 12-24歲青少年
- 💰 會員免費, 非會員\$50
- 📌 有興趣之參加者可與Man Sir查詢 (需接受面試甄選)

負責職員: Man Sir

戶外&運動

運動健兒

2025 桌球大師訓練

桌球訓練，學習基本桌球技巧，分組比賽，一同進步

30 2025年10月至11月(逢星期一)

19:30 - 21:30 (2小時)

**本中心錫家Teen Home
及觀塘區內桌球室**

6名

12至24歲(展外對象)

會員\$全免、非會員\$50

- 1.**此活動正申請觀塘民政事務處資助，若未獲批，將取消活動。
- 2.**活動需面試後才能參與，有興趣報名之會員請向負責職員查詢。

10

負責職員: Anson Sir

出鏢準飛鏢隊

一齊學掙鏢，玩遊戲。
提升個人專注力及自信心。

30 10-12月(逢三、8節)

22/10-10/12/2025

16:30 - 18:00 (1小時)

觀塘區內飛鏢場

6名

中一或以上青少年

會員\$免費, 非會員\$50

- 1.**自備食水
- 每次活動需自行繳付約\$30場地費用

負責職員: Anson Sir

「愛·無限」 課餘託管服務

幫助家長因工作、尋找工作或其他原因而未能在課後時間照顧子女，服務內容包括：學生輔導、家長指導和教育、技能學習和社交活動等。

1. 給予兒童在課後有適當的照顧，讓家長安心工作
2. 防止家長獨留子女在家，減少發生意外機會及觸犯法例
3. 避免兒童課餘在外流連，受到不良黨群的誘惑

30 逢星期一至五，學校假期照常提供服務。(星期六、日、公眾假期休息)

15:30 - 19:00 (3.5小時)

中心一樓

20名

6至12歲

\$1,300 (按月收費)

- 1.**有興趣之家長請先與負責職員聯絡及填表登記，經面見評估而需要後方能參加。
- 2.**如欲進一步了解服務內容，歡迎瀏覽

負責職員: 劉Sir、Mandy Miss

兒童及家庭



制服團隊

紅十字會制服團隊- 兒童體驗團 (10-12月)

擴闊兒童視野，培養獨立自主，團體合作及助人精神

透過遊戲參觀等不同活動形式，教授參加者急救知識，步操技巧及繩結運用，讓參加者在空餘時間接觸不同課外知識

30 10-12月集會日期: 11/10、1/11、15/11、29/11、6/12、20/12 (星期六，共六節)

12:00-12:45 (45分鐘)

本中心集合及解散

10名

6-7歲

會員\$60, 非會員\$110

負責職員: Heiman姑娘(陸姑娘)及 Miki姑娘



紅十字會少年團 第三十團(JU30)

擴闊兒童視野，培養獨立自主，團體合作及助人精神教授參加者急救知識，步操技巧及繩結運用，讓參加者在空餘時間接觸不同課外知識

30 10至12月(逢星期六)
(每月第一週暫停集會一次)

14:45-16:00 (1小時15分)

本中心集合及解散

20名

8-12歲

會員\$150, 非會員\$200 (一季)

- 1.**集會日期及時間有機會因應活動內容和情況更改，每月集會詳情請參考該月份集會時間表

負責職員: Heiman姑娘(陸姑娘)及 Miki姑娘



羽你同行 (11-12月)

透過桌羽毛球訓練
促進人與人交流。

30 4/11, 11/11, 18/11,
2/12/2025(逢星期二)

20:00-22:00 (2小時)

樂華社區中心

15名

13至24歲青少年

會員\$20, 非會員\$70

負責職員: Felix Sir

[均翰傳承]隊 入樽計劃

25年10-12月

青年人籃球比賽、團體運動分享生活及義工服務。讓參加者參與籃球訓練，感受團隊比賽精神，提升參加者付口個人自信心。

30 10至12月(參與專業教練訓練，活動日期在群組約定)

19:00-22:00 (3小時)(平日)

本中心

10名

14至24歲青少年

會員免費, 非會員\$50

- 1.**有興趣之參加者可與 Man Sir 查詢(需接受面試甄選)
- 參加者需要由主教練 Sam Sir 推薦

負責職員: 陳Sir



青少年

個人成長小組

兒童好声音新組
25年10-12月



旨在透過系統訓練，培養小朋友歌唱及舞台表演的興趣。訓練個人面對群眾能力及培養個人自信心。

- 📅 十月份：4, 11, 18, 25/10 (星期六) (四堂);
十一月份：1, 8, 15, 29/11 (星期六) (四堂);
十二月份：13, 20, 27/12 (星期六) (三堂)
- 🕒 17:00 - 17:45 (45分鐘)
- 📍 本中心BAND房
- 👥 8名 (最少有4位報名才開課)
- ✅ 6-12歲
- 💰 10月份會員\$140, 非會員\$190
11月份會員\$140, 非會員\$190
12月份會員\$100, 非會員\$150
- 📌 費用已包括導師費用及雜項開支。
每月學費最遲請於15號前交費留位。



負責職員：陳Sir

Zion硬筆書法小組
25年10-12月



透過學習硬筆書法，提升個人自信心及修養，亦可增強個人對中國文化認識及培養對國家認同。

- 📅 十月份：4, 11, 18, 25/10 (星期六) (四堂);
十一月份：1, 8, 15, 29/11 (星期六) (四堂);
十二月份：13, 20, 27/12 (星期六) (三堂)
- 🕒 15:00- 16:00 (1小時)
- 📍 本中心集合及解散
- ✅ 8-10名 (最少有4位報名才開課)
- 👥 6-12歲 兒童
- 💰 10月 (會員\$160) 10月 (非會員\$210)
11月 (會員\$160) 11月 (非會員\$210)
12月 (會員\$120) 12月 (非會員\$170)
- 📌 費用已包括導師費用及雜項開支。
每月學費最遲請於15號前交費留位。

負責職員：陳Sir

興趣&社交

「咪高峰治癒室」
配音工作坊10-11月



本課程由張裕東親自任教 課堂內容：

發聲方法 演繹對白時的Yes and No* 戲劇基礎理論* 課堂實踐及指導
讓參加者透過學習配音，感受別人的說話語氣、節奏，體驗別人的心理狀態。
導師簡介：張裕東現任職於商業電台。亦是配音導師、導演。曾獲得《爆漫》
動畫組男主角最佳演繹獎及《在中國的故事》旅遊節目最佳主持獎。代表作品：
安仔《反斗奇兵》系列|都敏俊《來自星星的你》

- 📅 10月14日、10月21日、10月28日、
11月4日，11月11日 (星期二) (共5節)
- 🕒 19:00-21:00 (2小時)
- 📍 本中心
- 👥 8名
- ✅ 10至24歲青少年
- 💰 會員\$750, 非會員\$800
- 📌 有興趣之參加者可直接到中心報名。
或WhatsApp 44451593與KK姑娘查詢



負責職員：KK姑娘

煮食

TEEN情蛋糕
25年10-12月

新一季度新氣象，想更投入生活嗎?當然少不了親手製作蛋糕甜食。除了慶祝節日之外，更想與一班青年分享生活。讓參加者享受製作蛋糕甜食樂趣，感受節日氣氛。提升參加者自理能力。

- 📅 10至12月 (每月一次，
與酒店師傅交流學做蛋糕甜食，
活動時約活動日期)
- 🕒 19:00-22:00(3小時)
- 📍 本中心
- 👥 8名
- ✅ 14-24歲青少年
- 💰 會員免費, 非會員\$50
- 📌 1.參加者需自備食物盒
2.有興趣之參加者可與
Man Sir查詢(需接受面試甄選)



負責職員：陳Sir

錫安廚房樂

想同朋友一齊學煮飯仔?
咁你就唔可以錯過啦!

- 📅 7/11, 14/11, 21/11,
28/11/2025 (逢星期五)
- 🕒 19:30- 21:30 (2小時)
- 📍 本中心集合及解散
- ✅ 6名
- 👥 13至24歲青少年
- 💰 會員\$20, 非會員\$70



負責職員：Felix Sir

興趣&社交

「氣味解碼室」 - 你的情緒調香工作坊 10-11月

用氣味解鎖你的隱藏情緒，透過3堂芳療解讀，手作調香，協助參加者更有效地覺察壓力源，同時尋找到個人專屬的舒壓方法。

協助參加者更有效地覺察情緒，利用芳療強化個人抗逆力，提升效能感，生活樂觀感，克服挑戰和困難。

2025年10月18日、25日和11月1日 (共3節)

11:00-13:00 (2小時)

本中心

8名

12至24歲青少年

會員免費, 非會員\$50

1. 有興趣之參加者可WhatsApp 44451593與KK姑娘查詢。
2. 本活動使用天然精油，部分成分可能引起敏感，請參加者明白和願意個人承擔所有帶來的風險。

負責職員: KK姑娘

藝術創作-身心靈系列

Acknowledgment:



項目 內容

同你做個腦朋友

日期及時間 地點

體驗活動及工作坊	「表達藝術」包括流體畫、繡繞畫、香薰療癒、陶泥畫、剪紙等藝術創作和「五感耕作體驗」活動，提升身心靈健康	27/9, 18/10, 25/10, 1/11, 15/11, 29/11/2025 (共6節, 逢星期六) 時間: 1030-1230	本中心
義工培訓	學習活動設計和帶領活動技巧; 加強組織、解難和表達溝通能力; 提升同理心, 關懷社區	11/10, 8/11, 13/12/2025 (共3節, 逢星期六) 時間: 1030-1200	本中心及外出
義工訓練宿營	解難定向; 團隊合作活動; 領袖訓練	6-7/12 (星期六至翌日) 時間: 1000-翌日1400	外出
義工服務	探訪及聖誕街站 對象: 區內院舍、獨居長者及公眾人士	4/10 (六), 12/10 (日), 9/11 (日) (共3節) 時間: 1000-1200 14/12 (日) (共1節) 時間: 1000-1400	本中心及外出
1. 檢討會暨嘉許禮		20/12/2025 (六) (共1節) 時間: 1030-1200	本中心



6-12歲兒童 15名 全免(會員)

*活動為申請資助項目, 非會員\$50

出席率達90%參加者可獲頒嘉許證書一張!

負責職員: Rachel姑娘(吳姑娘)

「非官方牛頭角觀光局」青少年繪畫工作坊 10-11月

牛頭角秘密任務啟動! 想約你觀察+創作, 用畫筆重新定義牛頭角, 打造專屬的社區藝術地圖。以牛頭角社區歷史文化為媒介, 透過藝術創作與團體互動, 促進青少年精神健康, 培養社區歸屬感, 合作完成一件集體創作成果。

2025年10月4日、18日、25日、11月1日和8日 (共5節)

14:30-16:30 (2小時)

本中心

8名

10至24歲青少年

會員免費, 非會員\$50

1. 有興趣之參加者可WhatsApp 44451593與KK姑娘查詢。

負責職員: KK姑娘

「非官方牛頭角觀光局」青少年繪畫工作坊



tsum tsum 繪畫班

讓孩子在繪畫過程中放鬆, 並培養他們對藝術的興趣。

11/11, 18/11, 25/11 (星期二晚)

19:15-20:15 (1.5小時)

本中心

6名

6-12歲兒童

會員\$60、非會員\$110

費用已包括所有材料

負責職員: Eunice姑娘及Miki姑娘

愉快動物餅乾 麥克筆畫班

讓兒童認識各種動物, 激發兒童對畫畫的興趣。

14/10, 21/10, 28/10 (星期二晚)

19:15-20:15 (1小時)

本中心集合及解散

6名

6至12歲兒童

會員\$60, 非會員\$110

費用已包括所有材料。

負責職員: Felix Sir 及Miki姑娘

兒童及家庭

青少年

學術支援

學術、升學系列： 伴你飛 (9-12/2025)



項目	內容	📅 日期及時間	📍 地點
學科支援 功課輔導	協助課後功課輔導，解答疑難；學習答題和考試技巧，以迎接升中呈分試。*課程根據學生需要，安排升中面試訓練班	逢星期二、三、四，下午5:00-7:00*參加者可選其中一日或以上，請事先與負責職員協商	本中心
社區參與	透過體驗活動或義工服務，培養責任感及提升抗逆力。*完成服務並表現良好同學可獲頒發證書，以作升學之用	不定期(待定)	本中心及外出
成長 畢業營	透過露營活動，加強自理能力及團隊合作	十一月尾(待定)	外出

👥 小五、小六學生* 12名
💰 會員\$280,非會員\$330

👤 負責職員: Rachel姑娘(吳姑娘)



Hello!

60分鐘英語學滿Fun (小二&小三)(小四&小五)

小組主要以英語進行、廣東話輔助，運用簡單的英語溝通，配合幽默、歡樂及輕鬆的方式進行活動及遊戲，鼓勵用英語與組員溝通，增加參加者以英語表達的機會。透過小組幫助他們克服對英語的恐懼，讓組員在沒有壓力下能夠學習到一些英語詞彙，提升對運用英語的自信。

📅 18/10 - 13/12
(逢星期六)(八節)22/11暫停
🕒 14:15 - 15:15 (1小時)(小二及小三)
15:15 - 16:15 (1小時)(小四及小五)
📍 本中心一樓
👥 8名
👥 小二及小三,小四及小五
💰 會員\$200,非會員\$250
📞 查詢本活動請 WhatsApp 65943624聯絡劉Sir



👤 負責職員: 劉Sir

聖誕節

又到聖誕-手工班



一齊慶祝聖誕，
啟發兒童無限創意。

📅 3/12, 10/12, 17/12 (星期三晚)
🕒 19:15 - 20:15 (1小時)
📍 本中心集合及解散
👥 6名
👥 6至12歲兒童
💰 會員\$60,非會員\$110
📞 費用已包括活動材料費



👤 負責職員: Heiman姑娘及Miki姑娘

家長活動

蔚然雅聚 25年10-12月

為區內婦女提供一個平台，建立
人際網絡及輕鬆共渡週末。

📅 2025年10-12月(逢星期六)
🕒 14:00 - 17:00 (3小時)
(實際日期在whatsapps群組內決定)
📍 本中心集合及解散
👥 不限
👥 6-24歲青少年之會員家長
💰 會員免費,非會員\$50
📞 每節小組會有不同專題內容



👤 負責職員: 陳Sir

中秋節

人月家團圓-自制冰皮月餅



- 📅 4/10/2025 (星期六)
- 🕒 10:00 - 11:00 (1小時)
- 📍 本中心
- 👥 20名
- ✅ 中心會員
- 💰 會員\$50, 非會員\$100



負責職員: Rachel姑娘 (吳姑娘)

小小運動員

號牌術訓練義工小組

25年10-12月



韓國隱藏武術，透過系統訓練，提升個人自信心及自律性，亦可增強個人自理能力及培養服務社群精神。

- 📅 10月：11, 18, 25/10 (星期六) (三堂);
- 11月：1, 8, 15, 29/11 (星期六) (四堂);
- 12月：13, 20, 27/12 (星期六) (三堂)
- 🕒 10:00 - 11:30 (1.5小時)
- 📍 本中心集合及解散
- 👥 15名
- ✅ 6-24歲青少年
- 💰 10月(會員\$180,非會員\$230). 11月(會員\$240,非會員\$290)
- 12月(會員\$180,非會員\$230)
- 📌 費用已包括教練費用及雜項開支，自備食水。
- 每月學費最遲請於15號前交費留位。
- 本小組與「HOPAESOOL HK CHINA」合辦。

負責職員: 陳Sir

家好月圓慶中秋- 自制傳統月餅



- 📅 4/10/2025 (星期六)
- 🕒 11:30-13:00(1小時30分)
- 📍 本中心
- 👥 20名
- ✅ 中心會員
- 💰 會員\$50, 非會員\$100



負責職員: Rachel姑娘 (吳姑娘)

乒乓球訓練義工小組

25年10-12月



透過系統訓練，提升個人自信心及自律性，亦可增強個人自理能力及培養服務社群精神。

- 📅 十月：11, 18, 25/10 (星期六) (三堂);
- 十一月：1, 8, 15, 29/11 (星期六) (四堂);
- 十二月：13, 20, 27/12 (星期六) (三堂)
- 🕒 12:00 - 13:30 (1.5小時)
- 📍 本中心集合及解散
- 👥 8-10名 (最少有4位報名才開課)
- ✅ 6-24歲青少年
- 💰 10月(會員\$150)10月 (非會員\$200)
- 11月(會員\$200)11月 (非會員\$250)
- 12月(會員\$150)12月 (非會員\$200)
- 📌 費用已包括教練費用及雜項開支，自備球拍。
- 每月學費最遲請於15號前交費留位。

負責職員: 陳Sir

小小運動員 籃球成長訓練班 (11-12月)



透過籃球訓練提升兒童的籃球技巧及團體合作並培育兒童遵守紀律。

- 1/11, 8/11, 15/11, 29/11, 6/12, 13/12/2025 (共6堂, 逢星期六)
- 15:00 - 16:30 (1.5小時)
- 本中心集合及解散, 觀塘區戶外籃球場 12名
- 6-12歲兒童
- 會員\$300、非會員\$400
- 費用已包括教練費
- 需自行準備食水

負責職員: Felix Sir

羽毛球年尾玩到盡

透過羽毛球運動, 藉以認識體育精神的概念, 學會良好的溝通與合作。讓參加者善用聖誕假期的餘暇, 多做運動, 減少放假在家玩手機, 依賴電子產品。

- 29/12, 30/12及31/12 (三節)
- 暫定 15:00 - 17:00 (2小時)
- 本中心集合及解散, 瑞和街體育館羽毛球場
- 12名 7-12歲兒童
- 會員\$60、非會員\$110
- 1)需準時自行到羽毛球場, 在球場內集合及解散 2)穿著整齊的體育衫褲鞋襪。3)自備羽毛球拍、水壺、毛巾及後備衣服。4)查詢本活動請 whatsapp 65943624 劉Sir

負責職員: 劉Sir

小小運動員

跆拳道成長小組 (週四組)(週五組)



透過跆拳道運動教授拳法、踢腳, 以鍛鍊體能及強身健體, 達致自制、自衛、自保的境界。

透過跆拳道運動教授拳法、踢腳, 以鍛鍊體能及強身健體, 達致自制、自衛、自保的境界。

- 10月2, 9, 16, 23及30日 (逢星期四), 11月6, 13, 20及27日 (逢星期四), 12月4, 11及18日 (逢星期四)
- 10月3, 10, 17, 24及31日 (逢星期五), 11月7, 14, 21及28日 (逢星期五), 12月5, 12及19日 (逢星期五)
- 19:15 - 20:45 (1.5小時)
- 本中心禮堂 15名
- 6歲以上跆拳道有興趣兒童 (男女皆可)
- \$ 70 x 每月節數10月收費 \$350, 11月收費 \$280, 12月收費 \$210 (逢四)
- \$ 70 x 每月節數10月收費 \$350, 11月收費 \$280, 12月收費 \$210 (逢五)
- 1. 小組與「跆拳道明道會」合辦。2. 本小組屬於長期發展小組 3. 表現良好的學員有機會代表中心及明道會出外表演或比賽。 4. 查詢本活動請 WhatsApp 65943624 劉Sir

負責職員: 劉Sir



跆拳道 成長小組 (週六組)



透過跆拳道運動教授拳法、踢腳, 以鍛鍊體能及強身健體, 達致自制、自衛、自保的境界。讓學員學習克制及服從紀律, 提升自律及自理的能力。

- 10月4, 11, 18及25日 (逢六) 11月1, 8, 15及29日 (逢六)
- 12月6, 13, 20及27日 (逢六)
- 16:15 - 17:45 (1.5小時)
- 本中心一樓 8名
- 6歲以上對跆拳道有興趣的兒童參加 (男女皆可)
- \$ 50 x 每月節數10月收費 \$200, 11月收費 \$200, 12月收費 \$200
- 1. 小組與「跆拳道明道會」合辦。 2. 本小組屬於長期發展小組 3. 表現良好的學員有機會代表中心及明道會出外表演或比賽。 4) 查詢本活動請 WhatsApp 65943624 劉Sir

負責職員: 劉Sir

