



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學
賽馬會老年學研究所
CUHK Jockey Club Institute of Ageing

腰酸背痛和護理

是次講座讓參加者認識腰背結構及常見腰背痛症的成因，透過學習腰背護理方法及保健運動，盼能讓各人腰背痛症問題得以改善。

講者: 張凌恩先生 (註冊物理治療師)

日期: 16/3/2019 (星期六)

時間: 上午9:30-上午10:30

地點: 香港中文大學鄭裕彤樓地下演講廳1B (LT1B)

費用: 全免



網上報名: goo.gl/wZWKoE

查詢: 電話 3943 9450

捐助機構:



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER