



# HBC 第十一期旺得福俱樂部 簡章

報名資格：60歲以上可自行前來者

工本費：500元

日期：2023/3/30起，共12週

時間：週四上午9:30-11:30 (9:00開始報到)

地點：新竹市北大路202號「一樓大會堂」

活動內容：體適能檢測、健康促進運動、主題、遊戲等……。

健康促進 ▪ 減緩老化 ▪ 預防失能



## 注意事項：

1. 為防疫之故不提供盒餐，僅提供簡單輕食。
  2. 為進行健康促進運動，需著有彈性的運動衣、褲及運動鞋。
  3. 名額40位，額滿為止，請儘早報名，以免向隅。
  4. 應了解未打疫苗的顧慮，並請徹底做好防護措施。
  5. 緊急聯絡人資料請填寫清楚，且確定可聯絡上。
  6. 本期暫停量血壓，請在家量妥記住，來到教會再填上。
- 請洽行政櫃檯報名：03-5236737 轉211 羅淑梅姐妹

HBC 第十一期旺得福俱樂部 報名表

姓名			
住址			
生日	民國	年	月 日
住家電話		行動電話	
緊急聯絡人姓名		與緊急聯絡人關係	
緊急聯絡人電話			

報名繳費完成日期： 年 月 日

收款人簽名：