



大眾體育健身興趣班-老年保健操

往各社區中心報名，費用全免。

澳門區	上課地點	聯絡電話	星期	時間	名額
聖安多尼堂頤老之家	花王堂前地4號B~D 地下 新運大廈	28578531	三	9:30-10:30	25
			五		
澳門提柯街坊會頤康中心	高士德大馬路76號一樓	28319299	二	15:00-16:00	25
澳門街坊總會頤康中心	荷蘭園正街28號二樓	28522979	五	15:30~16:30	20
新橋區坊眾互助會頤康中心	打纜前地2號A地下	28351080	五	14:30-15:30	15
澳門菜農合群社康年之家	關閘騎士馬路41號信智花園	28481885	二	9:30-10:30	20
花地瑪聖母堂榮主之家	台山李寶椿街23號地下	28263577	三	9:00-10:00	30
黑沙環天主教 牧民中心耆康樂園	黑沙環第二街祐漢新村 祐添大廈2號地下	28341924	二	15:00-16:00	20
工聯北區綜合服務中心	黑沙環勞動大馬路63-97澳門 第一城廣福花園一樓A-W	28470789	六	10:00-11:00	30
			日		
工聯松柏之家	連勝馬路92號A地下	28556234	六	14:30-15:30	20
青洲老人中心	青洲大馬路56號	28234222	四	14:30-15:30	40
澳門街坊總會聯合總會 綠楊長者日間護理中心	筷子基南街綠楊花園第一二座	28266850	四	09:00~10:00	15
筷子基耆康中心	筷子基社屋快達樓第二座2樓B	28261491	二	15:00~16:00	40
下環老人中心	澳門下環街61-63號地下	28967823	四	15:00~16:00	30
台山社區中心	台山李寶椿街(巴坡沙游池旁)	28234898	三	10:00-11:00	25
望廈社區中心	慕拉士大馬路178-182號 望善樓3樓C3	28347287	一	16:00-17:00	35
祐漢社區中心(第二班)	黑沙環祐漢新街市綜合體四樓	28483262	五	15:00-16:00	30
氹仔區	上課地點	聯絡電話	星期	時間	名額
氹仔松柏之家	氹仔施督憲政街24號地下	28825488	四	15:00~16:00	20
海島市居民群益會頤康中心	氹仔黑橋街 平民新村第十座地下75 B	28825273	三	10:00~11:00	45