



香港教育工作者聯會

Hong Kong Federation of Education Workers

九龍旺角道 33 號凱途發展大廈 17 樓

17/F, Bright Way Tower, 33 Mongkok Road, Kowloon, HONG KONG

電話：(852) 2770 3918

傳真：(852) 2770 5442

網址：www.hkfew.org.hk

電郵：hkfew@hkfew.org.hk

香港教育工作者聯會 與 綽力物理治療中心 合辦

## 運動按摩工作坊

工作坊內容：

綽力物理治療中心專為跑手而設的課堂，由註冊物理治療師 Winnie Chan 主理。教導如何透過按摩來幫助身體的肌肉群進行深層放鬆，以及跑手受傷時身體的護理方法，加快復原時間，面對新挑戰。

講者：陳慧瑩小姐(Winnie Chan)-資深註冊物理治療師，專長運動創傷及康復運動訓練，曾是備戰北京奧運康復專家組成員、中國體操隊及女子網球隊的主診物理治療師及職業網球員晏紫的私人物理治療師及體能訓練教練。其認可資歷包括：

- 物理治療(榮譽)理學士(香港理工大學)
- 運動科學碩士(美國加州大學)
- 肌力及體能訓練文憑(美國肌力及體能訓練協會)
- 提升運動表現文憑(美國國家運動醫學會)
- 私人體適能教練(美國國家運動醫學會)
- 認可針灸人員(香港物理治療學會)



教練：Winnie Chan/Timothy Lau

日期：2019 年 3 月 22 日 (星期五)

時間：下午 7:00 - 8:00

地點：綽力物理治療中心 (彌敦道 192 號協成行九龍中心 9 樓 B 室)

費用：\$150(會員/家屬會員/教聯之友)、\$200(非會員)

服飾：運動服

網上報名：<https://goo.gl/forms/8Z864xhFXjpcai>

查詢電話：29635184 黃小姐 / 29635183 區小姐

