

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
<p>2</p> <p>9-10 健康操 10-11 英文班 11-12 椅子瑜伽 1-1:30 中秋節慶祝會/會員大會 / 生日會</p> 	<p>3</p> <p>9-10 健康操 10-11 手工藝班/書法班 11-12 銀鞋運動 1-2:30 繪畫班/寶果遊戲 2:30-4 卡拉 OK</p> 	<p>4</p> <p>9-10 健康操 10-11 英文班 11-12 銀行講座 1:30-2:30 太極 2-3 二胡班</p>	<p>5</p> <p>9-10 健康操 10-11 手工藝班 11-12 椅子瑜伽 1-2:30 國畫班/健康舞 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>6</p> <p>9-10 健康操 10-11 國語班/書法班 11-12 銀鞋運動 1:30-2:30 社交舞 2-3 二胡班 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>7</p> <p>9-10 健康操 10-12 電腦班 1:30-2:30 健康舞 2:30-4 卡拉 OK</p>
<p>9</p> <p>哥倫布日 公眾假期 休息一天</p>	<p>10</p> <p>9-10 健康操 10-11 手工藝班/書法班 11-12 銀鞋運動 1-2:30 繪畫班/寶果遊戲 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>11</p> <p>9-10 健康操 10-11 英文班 11-12 牙醫講座 1:30-2:30 太極 2-3 二胡班</p>	<p>12</p> <p>9-10 健康操 10-11 微信資訊班 11-12 椅子瑜伽 1-2:30 國畫班/健康舞 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>13</p> <p>9-10 健康操 10-11 國語班/書法班 11-12 銀鞋運動 1:30-2:30 社交舞 2-3 二胡班 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>14</p> <p>9-10 健康操 10-12 電腦班 1:30-2:30 健康舞 2:30-4 卡拉 OK</p>
<p>16</p> <p>9-10 健康操 10-11 英文班 11-12 椅子瑜伽 1:30-2:30 健康舞 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>17</p> <p>9-10 健康操 10-11 手工藝班/書法班 11-12 銀鞋運動 1-2:30 繪畫班/寶果遊戲 2:30-4 卡拉 OK</p> 	<p>18</p> <p>9-10 健康操 10-11 英文班 11-12 安保保險健康講座 1:30-2:30 太極 2-3 二胡班</p>	<p>19</p> <p>9-10 健康操 10-11 手工藝班 11-12 椅子瑜伽 1-2:30 國畫班/健康舞 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>20</p> <p>9-10 健康操 10-11 國語班/書法班 11-12 銀鞋運動 1:30-2:30 社交舞 2-3 二胡班 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>21</p> <p>9-10 健康操 10-12 電腦班 1:30-2:30 健康舞 2:30-4 卡拉 OK</p>
<p>23</p> <p>9-10 健康操 10-11 英文班 11-12 椅子瑜伽 1:30-2:30 健康舞 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>24</p> <p>9-10 健康操 10-11 手工藝班/書法班 11-12 銀鞋運動 1-2:30 繪畫班/寶果遊戲 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>25</p> <p>9-10 健康操 10-11 英文班 11-12 安康保險健康講座 1:30-2:30 太極 2-3 二胡班</p>	<p>26</p> <p>9-10 健康操 10-11 微信資訊班 11-12 椅子瑜伽 1-2:30 國畫班/健康舞 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>27</p> <p>9-10 健康操 10-11 國語班/書法班 11-12 銀鞋運動 1:30-2:30 社交舞 2-3 二胡班 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>28</p> <p>9-10 健康操 10-12 電腦班 1:30-2:30 健康舞 2:30-4 卡拉 OK</p>
<p>30</p> <p>9-10 健康操 10-11 英文班 11-12 椅子瑜伽 1:30-2:30 健康舞 2:30-4 卡拉 OK</p>	<p>31</p> <p>9-10 健康操 10-11 手工藝班/書法班 11-12 銀鞋運動 1-2:30 繪畫班/寶果遊戲 2:30-4 卡拉 OK</p> 	<p>午餐時間 中午 12 時至下午 1 時</p> 	<p>愛心叮嚀</p> <ul style="list-style-type: none"> • 本中心逢星期二, 星期四供應素食, 星期五供應西餐, 歡迎前來進餐 • 本中心每週三為講座開放日, 歡迎有興趣的長者登記參加 • 本中心每日早晨九點三十分之前為會員提供免費健康早餐及下午三點有提供小點心 • 本月剪髮服務是十月三號, 十月十七號和十月三十一號 		