

香港耀能協會賽馬會田綺玲學校

2018 至 2019 年度 家長教職員會通告

家長活動興趣班及戶外活動(瑜伽減壓工作坊及戶外鬆一鬆)

各位家長：

家教會將於 2018 年 11 月舉行興趣班及戶外活動(瑜伽減壓工作坊及戶外鬆一鬆)，是次活動由家長教職員會與香港傷健協會合辦，詳情如下：

瑜伽減壓工作坊	
日期：	2018 年 11 月 9 日 (星期五) 及 2018 年 11 月 23 日 (星期五)
內容：	瑜伽是一種能令我們忘憂減壓，並給人生注入正能量的運動，家長能在工作坊中學習讓自己放鬆，從中減壓及彼此支援。
時間：	上午 10:30 - 下午 12:30
地點：	本校
備註：	請帶備運動服裝、食水及毛巾。每位家長完成課堂後將獲贈瑜珈墊及瑜珈磚乙份。

戶外鬆一鬆	
日期：	2018 年 11 月 30 日 (星期五)
內容：	以戶外活動鼓勵家長們放鬆一下，一同到元朗享用盆菜午膳，然後到下白泥進行集體活動及郊遊。
時間：	上午 10:30 - 下午 4:00
集合地點：	本校

收費：	以上兩個活動合共\$40 (家長需同時參加兩項活動，香港傷健協會不接受二擇其一)
-----	--

敬希各位家長踴躍參加，請填妥回條，並於 11 月 1 日(星期四)前交回學校。由於這次活動得政府資助，為免浪費公帑，香港傷健協會有參與人數下限規定，若不足 8 人報名參加，香港傷健協會會讓其他人士參與。一經報名，不設退款安排。如有任何查詢，可與家教會副康樂何家暉老師或副聯絡林文娟老師聯絡。

家長教職員會主席
朱詠宜女士



2018 年 10 月 25 日

回 條

敬覆者：

本人已閱上述通告，並決定：

- 參加興趣班及戶外活動(瑜伽減壓工作坊及戶外鬆一鬆)
- 不參加以上活動

此覆

香港耀能協會賽馬會田綺玲學校家長教職員會

學生姓名： _____

家長姓名： _____

班 別： _____

家長簽署： _____

日 期： _____

請在加✓