



宣道會陳瑞芝紀念中學家長教師會 週末興趣班

一如以往，本會每年為大家預備了富趣味性的興趣班，讓各位家長或同學有機會輕鬆一下，享受學習的樂趣，增進生活知識。敬請參閱活動詳情，踴躍參加。

參加者請著 貴子弟於二月三日(五)帶同回條及所需款項，於 1:05 - 2:10pm 到地下大門口的收費處交予家教會的收費小組義工。

不參加者請著 貴子弟於二月三日(五)把回條交予班會文書，文書集齊回條後請交予教學助理許翠倩小姐。

興趣班	日期	時間	導師	地點	費用(每位)	名額
香薰體適能班 第一堂: 香薰活力 健康十巧法 第二堂: 香薰美容 保健按摩	11/2/2012 18/2/2012	10:00am 至 11:30am	林翠芳女士 (本校家教會副主席) (註冊美容及化妝導師) (中國全國職業教育 高級培訓師)	本校二樓 207 室	\$40 (包括上課 用之香薰)	16
讚美操學習班	12/5/2012 19/5/2012 26/5/2012 2/6/2012	10:00am 至 12:30pm	卓玉玲女士 (讚美操協會註冊導師 -負責新界西B區)	本校一樓學生 活動中心	\$120 (四堂, 每 節 2 小時 30 分)	20

課程簡介

香薰體適能班第一堂內容: 講解人體經絡腧穴，配合複方香薰精華油將正面能量導入，加強協調和平衡，通過點壓按摩而令身體各系統放鬆。介紹複方香薰精華油的使用配方和禁忌。(理論、示範動作和實習)

香薰體適能班第二堂: 香薰美容保健按摩 - 以自然療法講解面部及頸肩穴位的DIY保健按摩，透過不同配方的草本植物香薰精油加以按摩，達致身心平衡，促進血液循環，提高免疫力，有助增進健康。(理論、示範動作和實習)

讚美操學習班: 『讚美操』結合詩歌、體操、舞蹈來讚美神，宣揚基督福音，培養個人靈命，增強體能，提昇身、心、靈健康，關懷社區人群，老少咸宜。讚美操的設計是結合優雅的舞蹈及呼吸吐納各式健身運動，使全身的筋骨舒展，每天靈修、敬拜、讚美、禱告，以神的話語來潔淨心靈；以優美的旋律來提昇氣質；以優雅的肢體運動來保持健康，也可藉著讚美操的分享，增強人際互動之良好關係，提昇生活質素。(歡迎非基督徒家長)

- 參加者需為現時就讀本校的學生、其家長或本校教職員，男女皆歡迎。
- 每人可報多於一班，取錄與否，本會將按盡量滿足更多會員人數的原則而決定。
- 如人數過多，將進行抽籤，報名費將發還不獲選中的報名者。

**宣道會陳瑞芝紀念中學家長教師會
週末興趣班**

回條

(如有多於一名子女就讀本校，參加者資料只須填於較低班一位之回條內，惟每位同學均須繳交回條。)

本人或家人 將 參加 / 不參加 * 上述的家長興趣班。(*請刪去不適用者)

參加者請按意願的優次以 1-2 顯示，1 為最想參加之課程。(最少可選 1 個課程，無須全部填寫)

參加者姓名： 1. _____ (家長/學生/教職員)

興趣班	意願	取錄結果 (家長教師會填寫)
香薰體適能班		
讚美操學習班		
		需繳交費用 _____ 元正

參加者姓名： 2. _____ (家長/學生/教職員)

興趣班	意願	取錄結果 (家長教師會填寫)
香薰體適能班		
讚美操學習班		
		需繳交費用 _____ 元正

學生姓名： _____ 班級： _____ 班號： _____

家長簽署： _____ 聯絡電話： _____