

2025年3月

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
						1 8:30 (中心) 活力健康操 10:00 (中心) 貧血講座
2 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	3 8:30 (中心) 毛巾操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 11:00 (中心) 愛心餅大行動 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二)	4 9:30 (中心) 體弱長者暫託服務 3:00 (中心) 投棋所好 3:00 (中心) 魔力橋初階班	5 (線上) 食得健康D 8:30 (中心) 座式康樂操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三) 11:30 (中心) 義工嘉許禮2024	6 8:30 (中心) 拍手操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (四) 9:30 (中心) 趣味中文 11:00 (中心) 硬地滾球班(一) 11:00 (中心) 愛心餅大行動	7 8:30 (中心) 養生操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五) 10:00 (中心) 硬地滾球班(二) 2:30 (中心) 健康檢查	8 8:30 (中心) 活力健康操 10:00 (中心) 實用普通話
9 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	10 8:30 (中心) 毛巾操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 11:00 (中心) 愛心餅大行動 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二) 2:30 (中心) 腦玩童俱樂部	11 (線上) 居家食譜分享樂 9:30 (中心) 體弱長者暫託服務 11:00 (中心) 趣味書法班	12 8:30 (中心) 座式康樂操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三) 10:00 (中心) 健腦運動 2:30 (中心) 酒精水墨畫體驗	13 8:30 (中心) 拍手操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (四) 9:30 (中心) 美國雅培 奶粉售賣 9:30 (中心) 趣味中文 11:00 (中心) 硬地滾球班(一) 11:00 (中心) 愛心餅大行動	14 8:30 (中心) 養生操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五) 10:00 (中心) 硬地滾球班(二) 2:30 (中心) 李金小學探訪活動	15 8:30 (中心) 活力健康操
16 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	17 8:30 (中心) 毛巾操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 11:00 (中心) 愛心餅大行動 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二) 2:30 (中心) 白內障健康講座	18 信仰問答(閱讀版) 9:30 (中心) 體弱長者暫託服務 11:00 (中心) 肩背護老操 2:30 (中心) 飛鏢同樂體驗 3:30 (中心) 飛鏢同好會	19 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三) 9:00 (戶外) 沙田自助餐一天遊 10:00 (中心) 酒樓馬拉糕A 2:30 (中心) 酒樓馬拉糕B	20 8:30 (中心) 拍手操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (四) 11:00 (中心) 硬地滾球班(一) 11:00 (中心) 愛心餅大行動	21 8:30 (中心) 養生操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五) 10:00 (中心) 硬地滾球班(二) 2:30 (中心) 身體組成分析	22 8:30 (中心) 活力健康操
23 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	24 8:30 (中心) 毛巾操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 11:00 (中心) 愛心餅大行動 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二) 2:30 (中心) 腦玩童俱樂部	25 9:30 (中心) 體弱長者暫託服務 9:30 (中心) 信仰問答分享會 11:00 (中心) 趣味書法班	26 8:30 (中心) 座式康樂操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三) 10:00 (中心) 健腦運動 11:30 (中心) 長者生日會	27 8:30 (中心) 拍手操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (四) 11:00 (中心) 硬地滾球班(一) 11:00 (中心) 愛心餅大行動	28 8:30 (中心) 養生操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五) 10:00 (中心) 硬地滾球班(二) 2:30 (中心) 婦女健康行多步	29 8:30 (中心) 活力健康操
30	31 8:30 (中心) 毛巾操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 11:00 (中心) 愛心餅大行動 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二) 2:30 (中心) 長者伸展運動					