



**12 May (Sat)**

**3pm – 7pm**

長跑不同距離相應性訓練重點	0.5 hr
跑步常見傷患及護理	0.75 hr
跑鞋及鞋墊的重要性探討	0.75 hr
長跑的風險與創傷	1 hr
針對長跑的體適能訓練方法	1 hr

費用：\$500

早鳥優惠：\$450 (4月12日或之前)

醫護人員/復康助理：九折

二人同行：九折

講者：

**陳海聰醫生**

- 香港中文大學骨關節醫學及復康理學碩士
- 香港中文大學內分泌及糖尿治理理學碩士
- 香港中文大學心臟科學碩士 (進階心臟科組別)
- 香港大學家庭醫學及基層醫療學系名譽臨床助理教授

**羅曉暉先生**

足脊矯形師

- 香港理工大學義肢矯形學(榮譽)理學士
- 美國奧克拉荷馬州立大學足病醫學院修畢足科矯形課程
- 愛爾蘭修畢脊柱側彎矯形腰背架進階課程
- 美國印地安納州RMPI足科矯形學院修畢足科矯形(進階)課程

課堂地點：

GRS健瑞仕物理治療及運動醫學中心  
九龍佐敦德興街12號興富中心21樓2105 - 2106室



2730 0036



5515 9132

