

2025年11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 9:00 (中心) 編織暖心意 10:00 (中心) 實用普通話
2 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	3 8:30 (中心) 座式康樂操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 11:00 (中心) 愛心餸大行動 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二) 3:00 (中心) 魔力橋初階班	4 9:30 (中心) 體弱長者暫託服務 9:30 (中心) 信仰問答分享會 2:30 (中心) 普及伸展齊放鬆	5 (線上) 暖心家嚙湯 8:30 (中心) 毛巾操(一) 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三) 10:00 (中心) 健腦運動 11:00 (中心) 遠足安全知多少 2:30 (中心) 扎染體驗減壓工作坊	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) 福音粵曲 11:00 (中心) 愛心餸大行動	7 8:30 (中心) 毛巾操(二) 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五) 11:30 (中心) 飛鏢訓練班 2:30 (中心) 健康檢查	8 8:30 (中心) 活力健康操 9:00 (中心) 編織暖心意 10:00 (中心) 實用普通話
9 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	10 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 9:00 (中心) 流浮山海鮮一天遊 11:00 (中心) 愛心餸大行動 11:00 (中心) SWITCH 體感遊戲 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二) 2:30 (中心) 腦玩童俱樂部	11 9:30 (中心) 體弱長者暫託服務 11:00 (中心) 趣味書法班 2:30 (中心) 有需要護老者湯水聚 3:00 (中心) 投棋所好	12 8:30 (中心) 毛巾操(一) 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三) 11:00 (中心) 遠足安全知多少 2:30 (中心) 長者椅上操	13 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 9:30 (中心) 雅培奶粉售賣 11:00 (中心) 福音粵曲 11:00 (中心) 愛心餸大行動	14 8:30 (中心) 毛巾操(二) 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五) 11:30 (中心) 飛鏢訓練班	15 8:30 (中心) 活力健康操 9:00 (中心) 編織暖心意 10:00 (中心) 實用普通話
16 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	17 8:30 (中心) 座式康樂操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 11:00 (中心) 愛心餸大行動 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二) 2:30 (中心) 睡眠健康講座	18 信仰問答(閱讀版) 9:30 (中心) 體弱長者暫託服務 2:30 (中心) 護老扭扭樂	19 8:30 (中心) 毛巾操(一) 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三) 10:00 (中心) 健腦運動 11:00 (中心) 遠足安全知多少	20 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) 愛心餸大行動	21 8:30 (中心) 毛巾操(二) 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五) 11:30 (中心) 飛鏢訓練班 2:30 (中心) 身體組成分析	22 8:30 (中心) 活力健康操 9:00 (中心) 編織暖心意 10:00 (中心) 實用普通話
23/30 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	24 8:30 (中心) 座式康樂操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 11:00 (中心) 愛心餸大行動 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 11:00 (中心) 趣味書法班 2:30 (中心) 飛鏢同樂體驗 3:30 (中心) 飛鏢同好會	26 8:30 (中心) 毛巾操(一) 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三) 9:00 (戶外) 薄扶林水塘行山樂 2:30 (中心) 茶籽粉清潔皂	27 8:30 (中心) 拍手操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (四) 10:00 (中心) 砵仔糕A班 11:00 (中心) 愛心餸大行動 2:30 (中心) 砵仔糕B班	28 8:30 (中心) 毛巾操(二) 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五) 11:30 (中心) 飛鏢訓練班 2:30 (中心) 長者飲食多面睇講座	29 8:30 (中心) 活力健康操 9:00 (中心) 編織暖心意 10:00 (中心) 實用普通話