

2026年7月

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			1 公眾假期	2 與祿同行：7月靈修之旅 8:30 (中心) 拍手操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (四) 11:00 (中心) 愛心饅大行動 11:00 (中心) 福音粵曲	3 8:30 (中心) 毛巾操(二) 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五) 2:30 (中心) 健康檢查	4 8:30 (中心) 活力健康操 10:00 (中心) 實用普通話
5 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	6 8:30 (中心) 座式康樂操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 10:00 (中心) 硬地滾球班 11:00 (中心) 硬地滾球同學會AB班 11:00 (中心) 愛心饅大行動 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二)	7 9:00 (戶外)青松探訪樂 9:30 (中心) 體弱長者暫託服務 2:30 (中心) 手機攝影工作坊	8 (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) 9:00 (中心) 手沖咖啡體驗班 10:00 (中心) 義工剪髮活動	9 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) 愛心饅大行動 11:00 (中心) 福音粵曲	10 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) 舒緩痛症飲食有辦法	11 8:30 (中心) 活力健康操 10:00 (中心) 實用普通話
12 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	13 8:30 (中心) 座式康樂操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 10:00 (中心) 硬地滾球班 11:00 (中心) 硬地滾球同學會AB班 11:00 (中心) 愛心饅大行動 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二) 2:30 (中心) 腦玩童俱樂部	14 9:30 (中心) 體弱長者暫託服務 9:30 (中心) 天國近了分享會 11:00 (中心) 趣味書法 3:00 (中心) 魔力橋初階班 3:00 (中心) 投棋所好	15 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三) 10:00 (中心) 健腦運動 2:30 (中心) 仿膠花裝飾花桶	16 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 10:30 (中心) GPS 地圖應用知多點 11:00 (中心) 愛心饅大行動 11:00 (中心) 福音粵曲 2:30 (中心) 棉花療癒畫	17 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) 血管檢查	18 8:30 (中心) 活力健康操 10:00 (中心) 實用普通話
19 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	20 8:30 (中心) 座式康樂操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 10:00 (中心) 硬地滾球班 11:00 (中心) 硬地滾球同學會AB班 11:00 (中心) 愛心饅大行動 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二) 2:30 (中心) 痛風報訊	21 (線上) 喜閱一生 9:30 (中心) 體弱長者暫託服務 2:30 (中心) 不甘視弱	22 8:30 (中心) 毛巾操(一) 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三) 11:00 (中心) 防火安全你要知 3:00 (中心) 園藝小組	23 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) 愛心饅大行動 11:00 (中心) 福音粵曲	24 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	25 8:30 (中心) 活力健康操 10:00 (中心) 實用普通話
26 10:30 (線上及實體) 主日崇拜	27 8:30 (中心) 座式康樂操 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一) 10:00 (中心) 硬地滾球班 11:00 (中心) 硬地滾球同學會AB班 11:00 (中心) 愛心饅大行動 2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二) 2:30 (中心) 腦玩童俱樂部	28 9:15 (戶外) 靈晨共聚 9:30 (中心) 體弱長者暫託服務 11:00 (中心) 趣味書法	29 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 3:00 (中心) 園藝小組	30 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) 愛心饅大行動 11:00 (中心) 福音粵曲	31 8:30 (中心) 毛巾操(二) 9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五) 9:30 (中心) 飛鏢同樂體驗 10:30 (中心) 飛鏢同好會 11:30 (中心) 飛鏢訓練班	