

毅健館

親子運動好去處

文：學校體育暨課餘活動事務處

教育暨青年局為了推廣學生健康體適能，於中葡職業技術學校體育館三樓增設“毅健館”。該館設有小型攀石牆、互動跳舞毯、動能踏步機、互動健身單車、水阻划艇機、多元程式跑步機、健身球、健身棒等簡單輕巧的器材，結合趣味性遊戲概念，提供多元化運動模式。若採用輪換分組分站方式，可同時容納40人進行體育活動。館內還設有各類體育書刊及雜誌，供用場人士看閱。

除安排學校體育課及團體租借外，還設有免費公眾使用時段，歡迎家長子女一同到館內運動，在輕鬆愉快的環境下培養家庭運動習慣，相信可藉此機會增強家長與子女的體質，並加深彼此間的感情。



開放時間：

開放時段		開放形式
星期一至五	14:00-20:30	預約(學校/團體) 公眾開放
	20:30-22:00	預約(學校/團體) 公眾開放
星期六/日	14:00-19:00	預約(學校/團體) 公眾開放
	19:00-22:00	公眾開放

有關詳情可瀏覽教育暨青年局網頁

www.dsej.gov.mo，或致電8490 2541查詢。