

通 告

本福利會履行為會員提供文娛康樂活動的宗旨，將於本年10月至11月份為會員開辦「重量訓練健身班」，藉以提供更多鍛鍊體魄的機會，並豐富會員的公餘時間，期望會員踴躍參加，詳細資料如下：

重量訓練健身班

日 期：2025 年 10 月 12 日至 11 月 9 日

課 時：7.5 小時 (每堂 45 分鐘，共 10 堂)

時 間：10H30 至 11H15 及 11H15 至 12H00 (逢星期日)

名 額：10 名 (倘報名人數超過限額，本福利會將進行抽籤)

上課地點：海關總部大樓三樓(體能訓練室)

對 象：對重量訓練健身有興趣之會員及非會員的海關人員

費 用：會員-澳門元 150.00

非會員-澳門元 990.00

報名地點：所屬單位辦事處或親臨本福利會秘書處報名

截止報名日期：由即日起至 10 月 3 日止

- 相關表格已上載到海關內聯網海關消息及海關網站內海關福利會會訊，敬請清楚填妥資料，並於 10 月 3 日中午十二點前將填妥之報名表電子檔電郵至 ossa@customs.gov.mo；
- 為方便統計，報名時需填寫有關資料於報名表內，並在截止日之翌日將紙本報名表及現金交至海關福利會秘書處；
- 倘報名人數不足，本福利會將保留不舉辦之權利；
- 活動安排如有任何更改，本福利會將另行通知；
- 如有任何異議，本福利會有權作最後決定；
- 如有任何疑問，請致電本福利會秘書處，聯絡電話 8833 6894。