

Public Talk: Pain Management and Prevention in Running

The talk was jointly organized by The Hong Kong Pain Foundation, The Hong Kong Pain Society, and The Department of Rehabilitation Sciences of Polytechnic University on 28th May 2016.

There were about 80 participants in the event.

主辦 P a i n 香港疼痛基金會 THE HONG KONG POLYTECHNIC UNIVERSITY 香港理工大學 康復治療科學系 Department of Rehabilitation Sciences

跑步常見痛症 處理和預防

醫學專題講座

全力支持 Hong Kong Multisports Association 香港全能運動學會 統籌 HEALTH ACTION 《健康動力》雜誌

費用全免
席位有限 報名從速

跑步姿勢不當或者休息不足，有機會令到肌肉筋腱勞損，或者筋腱過緊而引致的骨骼創傷等。想好好享受跑步，樂在其中，便要及早認清它可能帶來不必要的傷患與痛楚，學懂如何處理跑步常見的痛症！是次講座由專家們教您認識受傷原因、治療、預防及復康方法，同場更加映長跑跑手分享及示範，萬勿錯過！

講者嘉賓

李靜芬醫生 麻醉科專科醫生	陳志雄先生 註冊物理治療師及 物理治療碩士	黃偉建教練 全能運動學會主席
-------------------------	------------------------------------	--------------------------

日期：2016年5月28日 (星期六) 時間：下午2:30 至 4:30
地點：九龍紅磡香港理工大學蔣震劇院

查詢及報名：2385 6928 (辦公時間) 網上報名：www.healthaction.com.hk

報名方法：

講座日期 2016年5月28日 (星期六)

《健康動力》雜誌預留部分座位予讀者，請填妥下方的回條及傳真至「健康動力有限公司」或電郵至 com@healthaction.com.hk 索取門票，座位有限，先到先得。查詢電話：2385 6928

姓名：_____

電郵地址：_____

聯絡電話：_____

索取門票數量： 一張 兩張

通訊地址：_____

歡迎使用影印副本填寫報名表格

(門票將於講座七天前寄出)

傳真號碼：2385 6078

HA114【跑步常見痛症處理和預防】

