

# FAC 健身優惠

1. 免費講座 (每位限選一次) 1.5 小時 - 辦公室坐骨神經痛及相關伸展運動 (Lower back pain sciatica and related stretching)
2. 免費 7 天 FAC 中心試玩泰拳 / 瑜伽 / 舞蹈 課堂及其他設施

## 關於我們

FAC 是一家專業連鎖健身運動機構, 成立於 2003 年, 於港九新界共有 10 家泰拳健身中心, 大部份都就近港鐵站。

本中心提供泰拳、瑜珈、舞蹈、男女仕健身器材服務及課程。

來加入我們一起做運動吧！

- 繁忙的您需要充電！飽受工作生活的壓力使您身心疲累狀態跌 WATT！J

## 泰拳減壓修身

- 泰拳 HIIT 訓練模式消脂肪快, 全身消脂比一般有氧運動快 10% 以上！一次過鍛鍊身體線條！
- 提高身體基礎代謝率, 返工搭車坐或訓覺都可以消耗更多熱量！

## 場地設施及服務

- FAC 全線 10 家中心 (見以下連結)
- 開放時間 7am-10pm (Mon - Fri); 10am- 9pm (Sat); 11am-9pm (Sun)
- 泰拳班, 由專業泰拳及 MMA 運動員教授
- 瑜珈班, 跳舞班
- 大型器械健身區及小型器材開放使用 (例如藥球, 健身球等)
- 男/女沖涼更衣室
- 冷熱飲水機
- 每次免費使用大小毛巾各一 (抹汗及沖涼用)

香港文書職系公務員總會會員及香港公務員工會聯合會 優惠合約

- A 計劃: 3 個月合約 - 合共 HKD 988
- B 計劃: 15 個月合約 - 合共 HKD 2,970

## FAC 10 家中心地址及聯絡電話

[www.facebook.com/facfightingartscenter/photos/pb.1404217876567728.-2207520000.1450679617./1530688643920650/?\\_rdr=p&theater=&type=3](http://www.facebook.com/facfightingartscenter/photos/pb.1404217876567728.-2207520000.1450679617./1530688643920650/?_rdr=p&theater=&type=3)

[Fighting Arts Center - FAC's Photos - Fighting Arts Center - FAC | Facebook](#)