2025夏日排毒比賽#5

固體日如何食得健康美味、又簡便易做?!

&

燃燒熱量,高效率HIIT

題目：2025排毒比賽#5 -
固體日如何食得健康美味、又簡便易做?!
& 燃燒熱量,高效率HIIT!
日期：2025年7月5日（星期六)
健康資訊主講：Mellina Li，運動主講：Jason Hon
時間：下午2時30分
形式：現場
如有查詢，請致電會員服務熱線（電話：21919991)。