

KMH Tutor Sharing: Jogging

Date: 20 Feb 2008

Venue: CU Campus



出發前，由樓導師兼體育部導師 Viskey 為部分同學簡介正確跑步姿勢及呼吸喚氣要訣。

KMH Tutor Sharing: Jogging

Date: 20 Feb 2008

Venue: CU Campus



一眾宿生在國楸樓正門熱身拉筋。



大家慢跑到新亞書院「天人合一」稍息，Viskey 進一步教導大家訓練心肺耐力。