

本市敬老卡及博愛卡特約銀髮健身俱樂部名單(115.04更新)

俱樂部名稱	地址	電話	服務內容	服務時間
長生全方位銀髮健身俱樂部 (115年1月起特約)	高雄市前金區中華三路30號	0965-168725	由運動指導員(運動或醫學專業人員)提供檢測評估與指導，指導服務對象肌力、肌耐力、心肺功能、柔軟度、平衡訓練或其他促進體適能之運動或訓練。	週三19:00-21:00 週五16:00-18:00 週六8:00-10:00 週六10:00-12:00
享好銀髮健身俱樂部	高雄市岡山區柳橋西路64之1號	07-6250935		週二、週三、週六 09:00-11:00、14:00-16:00 週三18:00-20:00 (每月第四週，週六休息)
進安康銀髮健康俱樂部	高雄市大寮區中正路78號	07-7812236		週一至週三18:30-20:00 週三、週五16:00-17:00
藍橋享好銀髮健身俱樂部	高雄市鹽埕區北端街71號	07-6250935		週二、週三、週四、週五 14:00-16:00
高雄市立聯合醫院銀髮健身俱樂部	高雄市鼓山區中華一路976號	07-5552565 分機51078		週一、週五09:30-11:30
梓信銀髮健身俱樂部	高雄市梓官區中學路73號	0932-848-762 0937-315-099		週三、週五09:00-11:00
高雄市內門區銀髮健身俱樂部	高雄市內門區南屏路248號	07-6671887		週一、週四8:30-10:30
六龜福田銀髮健身俱樂部	高雄市六龜區光復路107號3樓	07-6893357		週二9:00-11:00 週五13:00-15:00
媚力泊全方位銀髮健身俱樂部	高雄市仁武區仁雄路451號8樓	07-3985550		週二 19:30-21:00 週四 09:00-11:00
234銀髮健身俱樂部	高雄市前鎮區三多三路217號9樓	0933-391211		週一 14:00-16:00 週二 09:30-11:30 週四 14:00-16:00
杉林大愛園區銀髮健身俱樂部 (115年4月起特約)	高雄市杉林區大愛路47號	07-6771340轉 社會課		週一 14:00-16:00 週三 9:00-11:00 週五 14:00-16:00
竹寮幸福銀髮健身俱樂部 (115年4月起特約)	高雄市大樹區竹寮路58-1號(竹寮靶場)	0911-581624		週一至五上午 9:00-11:00