

翹弦優舍 GSBE

Training and Resource Centre Limited

提供一站式社區運動訓練方案及器材

✓銀髮族 ✓長新冠 ✓中風患者 ✓肌少症人士 ✓40+ 亞健康人士



暮齡成功 Successful Ageing



立即查詢預約
WhatsApp/電話

5272 9190

www.gsbec.com.hk

GSBE_TRC.Official



翹弦優舍

翹弦優舍的宗旨為「提供合適資源予合適的社群」，母公司翹弦有限公司在過往十年多時間，提供優秀的復康儀器予各大醫院和院舍。翹弦優舍於2022年成立，致力提供不一樣的運動器材和康復訓練予各亞健康人士、銀髮族、甚致中風後需要健體的患者。翹弦優舍也提供專業、安全的運動訓練和復康轉介服務。在翹弦優舍，大部份運動器材都有國際安全認可，如FDA和CE的安全認證。優舍更有一套人工智能運動器材SMARC，提供測試和數據分析，將安全可靠的運動建議提供給用家。另一方面，我們更備有身體成份分析，和專業步態分析系統，方便用家將測試報告保留，提供日後有需要時，給予專業醫療團隊提供數據值參考。

服務提供

- 肌肉運動訓練
- 中風後訓練
- 專職醫療轉介服務
- 步態分析系統
- 健康資訊講座

服務設備

- 更衣室
- 殘疾人士洗手間
- 醫療級空氣淨化機
- 冷熱飲水機
- 約1000呎的舒適場地

服務時間

星期一至六：上午9時至下午5時（需提早預約）
星期日及公眾假期休息

如需取消預約，需在1日前致電通知本舍

訓練使用器材



翹弦優舍運動訓練的真實用家分享



劉生 81歲
運動約3個月

肌肉磅數增加，手腳變得靈活有力，行路更穩定，使用器材時愈來愈容易輕鬆完成！



陳太 51歲
運動約2個月

室內環境舒適，不用擔心戶外炎熱，有專人協助使用專業器材，不會太辛苦，感覺很安心！



李太 71歲
運動約1個多月

進行運動訓練時有助理從旁協助，五十肩大幅改善，行路比之前穩定了，不再擔心跌倒！



運動訓練示範影片



服務收費

肌肉運動訓練 服務項目	收費
<ul style="list-style-type: none"> ▶ PBFR 個人化血流限制增肌訓練系統 ▶ APT 主動及被動手腳訓練儀 ▶ Sit To Stand 坐立功能訓練儀 ▶ SMARC 等速互動智能訓練系統 ▶ Total Gym® 全方位肌力及協調訓練儀 ▶ Treadmill 醫療級慢速跑步機 	\$200/堂 (45分鐘)
<ul style="list-style-type: none"> • 每堂人數上限4人，以一對不多於2人訓練 • 以上每購滿5堂多送1堂，總共6堂 • 購買任何1堂以上送身體成份分析1次，如購買5送1會在第6次送多1次 • 購買5送1的有效期為購買日起3個月內 • 二人同行可享額外9折優惠 	

中風後訓練 服務項目	收費
<ul style="list-style-type: none"> ▶ recoveriX® 凝康復力大腦重塑訓練系統 ▶ ReStore™ 復行易軟骨步行訓練儀 	\$600/堂 (45分鐘)
<ul style="list-style-type: none"> • 以上每購滿10堂多送1堂，總共11堂 • 購買10送1的有效期為購買日起3個月內 	

步態分析系統	收費
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Digitsole 步態分析系統 	\$150/次
<ul style="list-style-type: none"> • 步態分析完成後，該收費可抵消用作購買改善步態智能鞋墊 	



付款方式

- ▶ 現金、八達通、轉數快、Payme

前往翹弦優舍

香港九龍觀塘敬業街55號皇廷廣場10樓A室
(由觀塘港鐵站步行約10分鐘 / 由麗港城步行約8分鐘)



前往路線

觀塘港鐵站 B1/B2出口



1 沿觀塘廣場方向，經商場電梯落地面。



2 落地面後出商場左轉，沿開源道一直行到成業街。



3 成業街過馬路後左轉，沿成業街前行至敬業街。



4 到達轉角位向右轉，沿敬業街向前直行。



5 橫過興業街馬路後直到達皇廷廣場。



6 乘搭電梯到10字樓，出電梯後右轉直行到最尾A室。