

## 香港首展「明代四大家」

現正於香港故宮文化博物館舉行的「香港賽馬會呈獻系列：故事新說——故宮博物院藏明代人物畫名品」，是全港首個中國古代人物畫展，展覽精選 81 套珍品，包括 14 套國家一級文物，大部分是首度於故宮博物院以外地方展出，當中包括「明代四大家」中的唐寅、文徵明及仇英等名家作品。

展覽由香港賽馬會慈善信託基金獨家贊助，香港故宮文化博物館與故宮博物院聯合主辦，展品分四期展出，每期三個月，每次展出約 20 套作品。展廳更加入互動遊戲及影片等元素，令大家欣賞得更投入！快來參觀這場精彩展覽，一探明代早、中、晚期宮廷畫家、文人畫家和職業畫家的藝術成就與創作歷程！



### 香港賽馬會呈獻系列： 故事新說—— 故宮博物院藏明代人物畫名品

日期：即日起至 2024 年 11 月 30 日  
地點：香港故宮文化博物館 2 樓展廳 4



## 騎術學校開放日

想嘗試接觸及認識馬術運動嗎？現在有機會了！為慶祝香港賽馬會成立 140 週年暨屯門公眾騎術學校成立 30 週年，屯門騎校將於 11 月舉辦開放日。當日活動包括參觀馬房、馬術虛擬實境體驗，並有機會嘗試騎馬。此外，康樂及文化事務署於騎校開放日同場亦安排射箭、高爾夫球遊戲和手工藝工作坊等活動，適合全家大小參加。更多活動詳情請留意馬會活動網站！



### 香港賽馬會 屯門公眾騎術學校開放日

日期：2024 年 11 月 10 日(星期日)  
地址：屯門龍門路地段四十五號



## 50+ 婦女健康起航

中年女性面對荷爾蒙變化及家庭角色轉變等挑戰，身心也需要關顧。香港賽馬會慈善信託基金捐助推行的賽馬會「50 展新晴」婦女健康計劃，專為 50 至 64 歲婦女而設，由跨專業團隊主理，通過健康篩查、公眾教育、體驗工作坊、介入課程、義工培訓等多元化活動，全方位提升 50+ 婦女的內在能力，鼓勵她們及早建立健康的生活模式。計劃活動包括輕阻力運動體驗工作坊、照顧者身心療愈體驗工作坊，以及結合運動與認知訓練的 24 節全方位訓練課程。有興趣歡迎報名參與！



### 賽馬會「50 展新晴」 婦女健康計劃

對象：50 至 64 歲女士優先



## 下載 App 動起來！

你今天運動了嗎？由香港賽馬會慈善信託基金策劃及捐助的「賽馬會好動城市計劃」，旨在鼓勵市民將恆常運動融入生活，冀能達至世界衛生組織建議每星期的體能活動水平。計劃的流動應用程式結合各式各樣免費的運動體驗班，予市民選擇，如：跑步、滑板、跆拳道；另外亦設有多項健康任務、挑戰和小貼士，增加大家的運動和生活小知識之餘，完成任務和挑戰更可得到 Fit Coin，換領豐富獎賞。立即下載「JC Fit City」流動應用程式，一起動起來吧！

### 「JC Fit City」 流動應用程式

