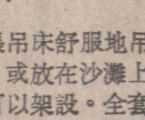


嬌嫩，淡雅，穿
媚，圖中這款開胸
，配以淺黃背心，
上不規則形式的項
姿。

尼龍吊床 程恩

天氣炎熱，有張用床舒服地吊應在樹蔭下，午間躺一會真樂。或放在沙灘上，泳池旁、花叢中，室內都可以架設。全套材料是用輕金、重金只有五斤，同時細繩、尼龍結成的，小兒的不怕破，可分解收納折疊運方便。



家集

，故最佳拿重物的方法是挺直腰部、雙手高高的捧着。

□莊

受到壓力

下來的。年頭人最能接受新事物。唉！現在說教。但實在希望我們，有勞各位！

搬運重物

宣捧着走

片集走出超級市場的，人每是雙手捧着一大紙包東西，而是像我們用手提袋裝着的，原來用手捧東西，是有研究的做法，讓頭一個得摩協會發現，用手提重物，頸部和背部所受壓力不均勻，故令持物者，頸部和背部所受壓力

看美國電影或電視

☆

[illegible]

麗人之四式體操

節奏愈大，人的精神愈緊張，令到肌肉緊張起來，是整個腰背發硬，一件重下壓再向前推。換手重複照做。

二、仰臥，上伸直。

當我們坐著時，頸椎骨的椎間盤每天帶來的緊張，專家認為最好每天做十分鐘的體操。

一、捉着，捉直頸，右手伸向一方，捉着左邊頸部肌肉，向下壓再向前推。換手重複照做。

最大而致緊張是上膊、肩膊和頸部。

做壹

This image shows a blank, aged, cream-colored page, likely an endpaper or flyleaf of a book. The paper has a slightly textured appearance with some faint smudges and discoloration, characteristic of old paper. The left edge of the page shows the binding of the book.

This image shows a blank, aged, cream-colored page, likely an endpaper or flyleaf of a book. The paper has a slightly textured appearance with some minor creases and discoloration, characteristic of old paper. There is no text or other markings on the page.

跳舞。劉連蒂想到當年老師也有

單傳廣告
街知巷聞

藝峯廣告公司 全面廣告服務 **669-3711**

業務包括：

報刊廣告設計
設計海報、傳單、
文件、名片、商標
公司年報編印

書畫、日曆編繪
商業、沙龍攝影
婚喪、社團外影
逐戶派送傳單
代理各類印刷

Pender West Advertising Inc. 669-3711
108 - 119 West Pender Street, Vancouver, British Columbia V6B 1S5

旅行社

粵劇渡假遊

南島、湛江、恩平
會、中山、廣州。

自 \$2400
日出發

也旅行團。
一切旅程。
實平

MY-KING TRAVEL LTD.
204 - 10 East Pender Street
Vancouver, B.C. V6A 1T1
Telephone: 681-0611

代理各種特價機票

- 香港直航機票
- 香港包六晚一流酒店 \$1089
- 加拿大及美國平價機票
- 賭城 (RENO) 七天豪華巴士團 \$159

每星期六均有團出發

駐溫哥華總領事館
委託代辦簽證

歡迎各下查詢

快意旅遊公司

Leisure Tourex Travel Ltd.

溫哥華華埠片打東街125號

電話

(604) 669-4165

* 溫哥華／香港來回機票包一晚酒店 特價 \$999.00 (雙人房計。一年期機票)

出發日期：一九八六年十月十八日。十月廿二日

* BC內陸三日遊 \$153 - \$183

(五月十七日、八月二日、八月卅日)

* BANFF 及愛民頓六日遊

\$309 - \$379

(六月六、廿一、廿八日、七月、八月逢六出發)

* 西雅圖一日遊 \$39 (逢六出發)

* 迪士尼樂園三藩市十日遊

\$399 - \$559

(六月六、廿八日、七月八日逢六出發)

* 美國黃石公園十二日遊

\$599 - \$669

(五月廿五日、七月廿日、七月七日)

* 域多利一日遊 \$63 (日有團)

* 溫哥華／香港來回超值機票 \$1050

(可免費停留三藩市、夏威夷、東京及台北一年期)

* 溫哥華／香港直航

來回 \$898 (一年期)