



臺南市東區樂齡學習中心



No.107-5

日期	星期	時間	課程名稱	課程單元/講師	報名費
3月7日起	星期三	8:00至9:00	健康不求人	練習太極拳，不僅益於體魄、保健強身、養生益壽，更有助於精神之修養，是一種輕鬆舒適的全民運動。 資深太極拳教練 廖青峰老師	免費課程
5月8日至6月26日	星期二	9:00至11:00	樂活有機	◆5/8 ◆5/15 ◆5/22 ◆5/29 ◆6/5 ◆6/12 ◆6/19 ◆6/26 1.適時養生(夏)－經絡篇 2.認識有機 3.適時養生(夏)－飲食篇 4.九宮格自然農法 5.適時養生(秋)－經絡篇 6.土壤到餐桌 7.適時養生(秋)－飲食篇 8.飲食與環境 教育部樂齡講師 呂梅瑛老師 v.s.蘇添芳老師	8次課 200元
6月7日至6月28日	星期四	9:00至11:00	樂活「智」在	◆6/7 幸福腦 成功大學 郭乃文教授 ◆6/14 腦的美麗境界 成功大學 郭乃文教授 ◆6/21 常見骨科疾病的預防與保健 物理治療師 黃楚玉老師 ◆6/28 愛上現在的自己 東區樂齡 黃玉貞主任	4次課 100元

☺承辦單位：臺南市光華高級中學

☺上課地點：臺南市東區勝利路 41 號

☺洽詢電話：06-2386501 轉 229

舊學員 請出示學員卡

新學員 攜帶身分證及一吋大頭照二張

f 東區樂齡 搜尋



Fb 粉絲團



網頁

