

115 年度第一期樂齡學習中心課程教室使用一覽表

星期 時間	一	二	三	四	五
上午 課程					
08:00 ~ 09:30	桌球進階 週一班 教室三 黃紹恩教練	桌球基礎 週二班 教室三 邱羿華教練	活力土風舞 教室一 許素珠教練 (08:00-09:50)	桌球基礎 週四班 教室三 戴文庭教練	桌球進階 週五班 教室三 陳弼瀚教練
09:30 ~ 11:30	益智桌遊 405 教室 陳良楨老師	心靈和諧粉彩畫 405 教室 藍美玉老師 (09:00-12:00)	手機攝影 405 教室 陳一愷老師	腦力活化與失智預防 讀書會 405 教室 藍美玉老師	書法 405 教室 李弘正老師
	樂齡八極 連環拳 教室一 許禮薪老師	養生太極拳 (初階班) 教室一 莊予暉老師	樂齡體適能 保齡球 教室一 李曉萍教練 (10:00-12:00)	作伙來彈 烏克麗麗 教室四 劉怡秀老師	養生太極拳 (進階班) 教室一 莊予暉老師
	樂活瑜伽 (進階班) 教室二 彭餘芬老師	肌不可失 樂齡有氧 教室二 陳毓叡教練	健康瑜伽 (初階班) 教室二 彭餘芬老師	藝起來紓壓繪畫 教室五 林玟慧老師	油性粉彩畫 教室四 李正宏老師
	芳香精油 經絡按摩 教室四 謝湘吟老師	手機軟體 入門應用 教室四 許月鳳老師	唱流行歌曲 學音樂 B 教室四 高豪佑老師		樂齡文化走讀 來去博物館囉 教室五 黃玫瑄老師
	AI 魔法趣之 奇幻旅程 教室五 陳嬌燕老師				
下午 課程					
13:50 ~ 15:50	唱流行歌曲 學音樂 A 405 教室 高豪佑老師	英文歌輕鬆唱 405 教室 盧韻竹老師	樂齡社交舞 教室一 許素珠老師	日文歌輕鬆唱 405 教室 呂季陵老師	實用生活美語 405 教室 王存亨老師
	椅子綜合瑜珈 (初階班) 教室二 劉佩老師	猴鶴太極 養生功 (進階班) 教室一 鄭永欣教練	樂齡芭蕾舞 (進階班) 教室二 黃心怡老師	肌不可失 肌力強化 教室一 劉昂學教練	猴鶴太極 養生功 (初階班) 教室一 鄭永欣教練
	靜心禪繞畫 教室四 范莊怡老師	樂齡芭蕾舞 (初階班) 教室二 黃心怡老師	西洋流行饗宴 (進階班) 教室四 盧韻竹老師	手工皂 教室四 尹康隆老師 陳為秀老師	哈達瑜珈 (進階班) 教室二 劉佩老師
		桌遊拉密 教室四 自主學習團體	樂齡游泳 (初階班, 進階班) 吉林泳池 翁文斯教練 馮健唯教練 (14:00-15:30)	樂齡數位手作 教室五 王姿婷老師	中醫養生 教室四 蕭子瑜醫師 陳煜豐醫師 張益安醫師

