

年滿**55**歲，在本市各區樂齡學習中心登記領有樂齡證之學員

113年第一期課程

【報名截止日】至3月20日(三)為止
 【公布名單日】3月22日(五)下午3:00

報名
連結



課程名稱	上課日期	講師	名額	上課地點
1. 繪本好好看 —繪本賞析	4/8、4/15、4/22、4/29、5/6、5/13、5/20、 5/27、6/3、6/17、6/24、7/1 (6/10端午節不上課) 每週一下午2:00-4:00，共12次	曹益欣	40人	本分館 9樓視聽室
2. 手機與LINE 使用	4/10、4/17、4/24、5/1、5/8、5/15、5/22、 5/29 每週三下午2:00-4:00，共8次	黃忠雄	50人	本分館 9樓視聽室
3. 樂齡養生 太極	4/10、4/17、4/24、5/1、5/8、5/15、5/22、 5/29、6/5、6/12、6/19、6/26 每週三下午3:00-5:00，共12次。 ■平底運動鞋、寬鬆服裝、水瓶、拉筋用軟墊	莊子暉	50人	10樓葫蘆 區民活動 中心
4. 天然精油居 家調理應用 及保健	4/11、4/18、4/25、5/9、5/16、5/23、5/30、 6/13、6/20、6/27、7/11、7/18 (4/4、5/2、6/6、7/4休館日不上課) 每週四上午9:30-11:30，共12次。	張芝蔴	30人	本分館 9樓視聽室
5. 樂齡日語 歌唱	4/11、4/18、4/25、5/9、5/16、5/23、5/30、 6/13、6/20、6/27、7/11、7/18、7/25、8/8、 8/15、8/22 (4/4、5/2、6/6、7/4、8/1休館日不上課) 每週四下午14:00-16:00，共16次。	林嘉惠	50人	本分館 9樓視聽室
6. 彩墨風景畫	4/12、4/19、4/26、5/3、5/10、5/17、5/24、 5/31、6/7、6/14、6/21、6/28 每週五下午2:0-4:00，共12次。 ■第1堂課說明使用之材料用具，可自備或團購	林宏玲	40人	本分館 9樓視聽室
7. 樂齡有氧 體適能	4/12、4/19、4/26、5/3、5/10、5/17、5/24、 5/31、6/7、6/14、6/21、6/28 每週五下午2:0-4:00，共12次。	姜竹燕	50人	10樓葫蘆 區民活動 中心
8. 天母進階 禪繞畫 【拓點課程】	4/10、4/17、4/24、5/1、5/8、5/15、5/22、 5/29、6/5、6/12、6/19、6/26 每週三下午2:00-4:00，共12次。 ■第1堂課說明使用之材料用具，可自備或團購	闕美麗	40人	天母分館 4樓視聽室