

松山樂齡學習中心  
112年度 第2期  
健康有氧韻律

## 體適能 A 班

# 樂活奇肌



## 黃嘉笙老師指導

時間：每週三下午 2:15~4:15

地點：三民分館 6 樓視聽室

8/2, 8/9, 8/16, 8/23, 8/30,

9/6, 9/13, 9/20, 9/27,

10/4, 10/11, 10/18, 10/25,

11/1, 11/8, 11/15。

合計 16 堂/週