

九如區民活動中心113年上半年(1-6月)使用時間登記表

星期	日	一	二	三	四	五	六		
08:00~09:00									
09:00~10:00		蘇先生 開放里民閱覽				蘇先生 開放里民閱覽	蘇先生 資源回收 (5-6月)		
10:00~11:00									
11:00~12:00									謝小姐 國標舞
12:00~13:00									
13:00~14:00		蘇先生 書法班							
14:00~15:00									
15:00~16:00				謝小姐 國標舞					
16:00~17:00									
17:00~18:00									
18:00~19:00							謝小姐 長者聯誼班		
19:00~20:00	蘇先生 瑜加班	蘇先生 流行舞班		蘇先生 瑜加班		蘇先生 流行舞班			
20:00~21:00									
21:00~22:00									

三重區民活動中心113年上半年(1-6月)使用時間登記表

星期	日	一	二	三	四	五	六
08 : 00~09 : 00							
09 : 00~10 : 00	禮拜 1/7、3/17、3/31、 4/7、4/21、5/26、 6/2、6/16	土風舞班 陳小姐		社區照顧關懷 據點 羅小姐	土風舞班 陳小姐	廖小姐 健康讚美操	林先生 太極拳班
10 : 00~11 : 00		韻律舞班 陳小姐			韻律舞班 陳小姐		
11 : 00~12 : 00							
12 : 00~13 : 00							
13 : 00~14 : 00							
14 : 00~15 : 00							
15 : 00~16 : 00	許先生 日本武術雜刀						
16 : 00~17 : 00							
17 : 00~18 : 00							
18 : 00~19 : 00						林老師 歌唱班	
19 : 00~20 : 00		彭老師 國標舞					
20 : 00~21 : 00			林老師 排舞班		林老師_排舞班		
21 : 00~22 : 00							

中研(大)區民活動中心113年上半年(1-6月)使用時間登記表

星期	日	一	二	三	四	五	六	
08 : 00~09 : 00		廖小姐 中研民族舞班	廖小姐 中研廣場舞班			廖小姐 中研民族舞班		
09 : 00~10 : 00		張先生 太極拳班	張先生 畫畫班	廖小姐 中研民族舞	林先生 肌耐力加強訓 練班	林先生 樂齡全適能運動 班		
10 : 00~11 : 00								
11 : 00~12 : 00								
12 : 00~13 : 00								
13 : 00~14 : 00			張先生 長青樂活班			張先生 長青樂活班		
14 : 00~15 : 00		林先生 預防失能失智運動班						
15 : 00~16 : 00		(僅三四五月份)						
16 : 00~17 : 00								
17 : 00~18 : 00								
18 : 00~19 : 00								
19 : 00~20 : 00			林小姐 音樂瑜珈	林先生 經絡拳班	林先生 伸展瑜珈班			
20 : 00~21 : 00		張小姐 韻律舞					張小姐 韻律舞	
21 : 00~22 : 00								

中研(小)區民活動中心113年上半年(1-6月)使用時間登記表

星期	日	一	二	三	四	五	六
08:00~09:00		張先生 書法班					
09:00~10:00	張先生 卡拉OK班			張先生 卡拉OK班		張先生 編織班	
10:00~11:00							
11:00~12:00							
12:00~13:00							
13:00~14:00	林小姐 中研卡拉ok歌 唱				賴小姐 日語歌唱		
14:00~15:00		張先生 日語班	林先生 歌唱訓練班	張先生 民俗技藝班			
15:00~16:00					謝先生 薩克斯風練習		林小姐 電子琴
16:00~17:00							
17:00~18:00							
18:00~19:00							
19:00~20:00							
20:00~21:00		羅小姐 瑜珈班	陳小姐 歌唱活動	林小姐 新中研歌唱班	羅小姐 瑜珈班	張先生 律動班	
21:00~22:00							

仁福區民活動中心113年上半年(1-6月)使用時間登記表

星期	日	一	二	三	四	五	六
08:00~09:00		蔣小姐 樂齡有氧運動 0936159832	邱小姐 瑜珈早班 0931099153	蔣小姐 樂齡有氧運動 0936159832	邱小姐 瑜珈早班 0931099153	蔣小姐 樂齡有氧運動 0936159832	
09:00~10:00		邱小姐 韻律班 0931099153		邱小姐 韻律班 0931099153		邱小姐 韻律班 0931099153	
10:00~11:00			莊先生 桌球班 27856492	仁福里辦公處 音樂律動 26542254	莊先生 桌球班 27856492	仁福里辦公處 高齡樂活勇健課程 26542254	
11:00~12:00							
12:00~13:00							
13:00~14:00	廖先生 直排輪 0982777915			仁福里辦公處 卡拉OK歡唱 26542254		仁福里辦公處 歡樂歌唱 26542254	廖先生 直排輪 0982777915
14:00~15:00	鄭先生 直排輪 0920966827				仁福里辦公處 薩克斯風課程 26542254		
15:00~16:00	莊先生 桌球班 27856492						
16:00~17:00							
17:00~18:00						張小姐 直排輪 0973953689	
18:00~19:00	仁福里辦公處 羽毛球 26542254						
19:00~20:00							
20:00~21:00		邱小姐 瑜珈晚班 0931099153	劉小姐 排舞 0958120292	彭先生 長洪武術 0921866439	黃小姐 國標舞 0915071025	劉小姐 排舞 0958120292	林先生 羽球 0937916812
21:00~22:00							

西新區民活動中心113年上半年(1-6月)使用時間登記表

星期	日	一	二	三	四	五	六
08：00~09：00							
09：00~10：00		瑜珈班 陳小姐	韻律班-陳小姐		健體課程 胡先生	韻律班-陳小姐	
10：00~11：00			早班卡拉OK 陳小姐				早班卡拉OK 陳小姐
11：00~12：00							
12：00~13：00							
13：00~14：00	西新卡拉OK 假日班 童小姐	昆陽卡拉OK 楊先生	生活中的物理 與科學-實用 DIY課程 胡先生	卡拉OK課程 胡先生	昆陽卡拉OK 楊先生	都更諮詢 胡先生 5	西新卡拉OK 假日班 童小姐
14：00~15：00							
15：00~16：00							
16：00~17：00							
17：00~18：00							
18：00~19：00							
19：00~20：00		正音課 宋小姐			國畫班 陳小姐	南胡舞蹈 林小姐	
20：00~21：00			瑜伽課 張小姐				
21：00~22：00							

東新區民活動中心113年上半年(1-6月)使用時間登記表

星期	日	一	二	三	四	五	六
08 : 00~09 : 00		楊小姐 東明有氧運動					
09 : 00~10 : 00		鍾小姐 韻律舞					
10 : 00~11 : 00			陳小姐 瑜珈班		徐小姐 東新瑜珈班	陳小姐 瑜珈班	林先生 桌球班
11 : 00~12 : 00							
12 : 00~13 : 00							
13 : 00~14 : 00							
14 : 00~15 : 00				林先生 桌球班			陳小姐 原住民學生課輔
15 : 00~16 : 00							
16 : 00~17 : 00							
17 : 00~18 : 00							
18 : 00~19 : 00			陳小姐 原住民學生課輔		陳小姐 原住民學生課輔		
19 : 00~20 : 00							
20 : 00~21 : 00		章小姐 排舞活動				陳小姐 瑜珈班	
21 : 00~22 : 00							

南港(大)區民活動中心113年上半年(1-6月)使用時間登記表

星期	日	一	二	三	四	五	六	
08 : 00~09 : 00					許小姐 長青旗歡唱			
09 : 00~10 : 00								
10 : 00~11 : 00								
11 : 00~12 : 00								
12 : 00~13 : 00								
13 : 00~14 : 00								
14 : 00~15 : 00			朱先生 國標舞					
15 : 00~16 : 00						許小姐 太極頌鉢		
16 : 00~17 : 00								
17 : 00~18 : 00								
18 : 00~19 : 00		謝小姐 國標舞研習 0						
19 : 00~20 : 00			蘇小姐 排舞			蘇小姐 排舞	張小姐 南港里旗歡唱 歌唱班	
20 : 00~21 : 00								
21 : 00~22 : 00								

舊莊區民活動中心113年上半年(1-6月)使用時間登記表

星期	日	一	二	三	四	五	六			
07:00~08:00		土風舞/張小姐 (7-8時)								
08:00~09:00										
09:00~10:00	養生拉筋班 張小姐	社區照顧據點 李小姐	社區照顧據點 李小姐	社區照顧據點 李小姐	社區照顧據點 李小姐	社區照顧據點 李小姐				
10:00~11:00										
11:00~12:00										
12:00~13:00										
13:00~14:00										
14:00~15:00								瑜珈班 張小姐		
15:00~16:00										
16:00~17:00										
17:00~18:00										
18:00~19:00										
19:00~20:00	社區排舞聯誼 班 張小姐	音樂賞析班 張小姐	瑜珈班 張小姐	有氧舞蹈班 張小姐	民族舞蹈班 張小姐	排舞班 張小姐				
20:00~21:00										
21:00~22:00										