

109 年度 2 ~ 6 月 場地使用班表

行政區：萬華區 / 區民活動中心：昆明 / 教室：昆明區民活動中心

109 年 2 月

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
						1 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
2 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	3 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷)	4 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	5 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	6 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 16:30~18:00 幼兒美術(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	7 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	8 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
9 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	10 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷)	11 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	12 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	13 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 16:30~18:00 幼兒美術(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	14 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	15 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
16 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	17 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷)	18 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	19 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	20 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 16:30~18:00 幼兒美術(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	21 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	22 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
23 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	24 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00	25 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	26 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00	27 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 16:30~18:00	28 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)	29 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷)		樂齡排舞(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	幼兒美術(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)		樂齡排舞(冷)

109 年 3 月

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	2 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷)	3 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	4 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 16:30~18:00 幼兒科學 · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	5 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 16:30~18:00 幼兒美術(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	6 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	7 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
8 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	9 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷)	10 · 14:00~17:00 說明會(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	11 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	12 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 16:30~18:00 幼兒美術(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	13 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	14 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
15 · 9:00~13:00 練唱班(冷) · 13:00~17:00 宗教活動(讀..(冷)	16 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷)	17 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	18 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷)	19 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 16:30~18:00 幼兒美術(冷)	20 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	21 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			<ul style="list-style-type: none"> · 16:30~18:00 幼兒科學 · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷) 	<ul style="list-style-type: none"> · 19:00~21:00 氣功班(冷) 		
22	23	24	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> · 9:00~13:00 練唱班(冷) 	<ul style="list-style-type: none"> · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷) 	<ul style="list-style-type: none"> · 19:00~21:00 氣功班(冷) 	<ul style="list-style-type: none"> · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷) 	<ul style="list-style-type: none"> · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 16:30~18:00 幼兒美術(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷) 	<ul style="list-style-type: none"> · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷) 	<ul style="list-style-type: none"> · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
29	30	31				
<ul style="list-style-type: none"> · 9:00~13:00 練唱班(冷) · 13:30~17:00 本會目雅某畫..(冷) 	<ul style="list-style-type: none"> · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷) 	<ul style="list-style-type: none"> · 19:00~21:00 氣功班(冷) 				

109 年 4 月

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			1	2	3	4
			<ul style="list-style-type: none"> · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 16:30~18:00 幼兒科學 · 19:30~21:30 	<ul style="list-style-type: none"> · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) 	<ul style="list-style-type: none"> · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) 	

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			社交舞基礎歌..(冷)			
5 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	6 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷)	7 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	8 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	9 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	10 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	11 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
12 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	13 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷)	14 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	15 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 16:30~18:00 幼兒科學 · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	16 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	17 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	18 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
19 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	20 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷)	21 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	22 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	23 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	24 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	25 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
26 · 9:00~13:00 練唱班(冷) · 13:30~17:00 本會日雅某畫..(冷)	27 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷)	28 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	29 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)	30 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 15:00~16:00 幼兒注音(冷)		

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	· 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷))		· 15:00~16:00 幼兒注音(冷) · 16:30~18:00 幼兒科學 · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	· 19:00~21:00 氣功班(冷)		

109 年 5 月

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
					1 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	2 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
3 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	4 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷))	5 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	6 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	7 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	8 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	9 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
10 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	11 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷))	12 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	13 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 16:30~18:00 幼兒科學 · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	14 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	15 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	16 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
17 · 9:00~13:00	18 · 10:30~11:30	19 · 19:00~21:00	20 · 9:00~12:00	21 · 9:30~11:00	22 · 10:30~11:30	23 · 9:00~12:00

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
練唱班(冷)	活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..)(冷)	氣功班(冷)	國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	社交標準舞訓..(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
24 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	25 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..)(冷)	26 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	27 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 16:30~18:00 幼兒科學 · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	28 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	29 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	30 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
31 · 9:00~13:00 練唱班(冷) · 13:30~17:00 本會目雅某畫..(冷)						

109 年 6 月

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	1 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..)(冷)	2 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	3 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	4 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	5 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	6 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
7 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	8 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00	9 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	10 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00	11 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 19:00~21:00	12 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00	13 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷))		樂齡排舞(冷) · 16:30~18:00 幼兒科學 · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	氣功班(冷)	樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	樂齡排舞(冷) · 15:30~17:30 開會(冷)
14 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	15 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷))	16 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	17 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	18 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷) · 19:00~21:00 氣功班(冷)	19 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 19:00~21:00 太極拳教學(冷)	20 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
21 · 9:00~13:00 練唱班(冷)	22 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷))	23 · 19:00~21:00 氣功班(冷)	24 · 9:00~12:00 國標舞訓練班(冷) · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷) · 16:30~18:00 幼兒科學 · 19:30~21:30 社交舞基礎歌..(冷)	25 · 9:30~11:00 社交標準舞訓..(冷)	26 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)	27 · 9:00~12:00 養生氣功班 · 13:30~15:00 樂齡排舞(冷)
28 · 9:00~13:00 練唱班(冷) · 13:30~17:00 本會目雅某畫..(冷)	29 · 10:30~11:30 活力律動一健..(冷) · 17:30~19:00 樂齡排舞(冷) · 19:30~21:00 排舞班(李秀..(冷))	30 · 19:00~21:00 氣功班(冷)				