

附件二

大安區德安里辦公處 112 年度 1-6 月份 使用德安區民活動中心 班隊週課表

時段/星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
0800~0900	0900-1200 佛經研修	0800-1200 智能氣功	1100-1400 智能氣功	0900-1200 電子琴/二胡	0900-1200 瑜珈/ 樂活體適能-肌力訓練
0900~1000					
1000~1100					
1100~1200					
1200~1300	休息	休息		休息	休息
1300~1400	1400-1700 瑜珈/自然養生功	1400-1700 管樂	1400-1700 樂活體適能-彈力帶	1400-1700 繪畫	1400-1700 拉筋
1400~1500					
1500~1600					
1600~1700					
每日小計	6	7	6	6	6