

大安區昌隆里辦公處 112 年度 7 月－12 月份使用區民活動中心班對週課表

時段/星期	星期一 (7 小時)	星期二 (9 小時)	星期三 (9 小時)	星期四 (7 小時)	星期五 (7 小時)	星期六 (7 小時)	星期日 (6 小時)
8-9		太極導引 (冷)	太極導引 (冷)	太極導引 (冷)			
9-10		洪老師太極拳 (冷)		養生永春功 (冷)			
10-11	生活日語 (冷)	洪老師太極拳 (冷)	書法水墨班 (冷)	養生永春功 (冷)	養生舒緩瑜珈	香頌親子樂團 (冷)	主題性親子 課程 (冷)
11-12	生活日語 (冷)		書法水墨班 (冷)		養生舒緩瑜珈	香頌親子樂團 (冷)	主題性親子 課程 (冷)
12-13	排舞班	排舞班	排舞班	排舞班			
1-2							TBGS 古典吉 他重奏團
2-3	青花纏繞畫班 (冷)	主題性課程 (冷)	樂齡圍棋	大人的插畫課 (冷)	主題健康講座 (冷)	薩克斯風 (進階)	TBGS 古典吉 他重奏團
3-4	青花纏繞畫班 (冷)	主題性課程 (冷)	樂齡圍棋	大人的插畫課 (冷)	主題健康講座 (冷)	薩克斯風 (進階)	TBGS 古典吉 他重奏團
4-5		烏克麗麗	樂齡圍棋		主題健康講座 (冷)	歌唱錄音班	TBGS 古典吉 他重奏團
5-6							
6-7							
7-8	養生舒緩瑜珈 (冷)	生活花藝 (冷)	37 式太極拳班 (冷)	昌隆舞蹈班		主題性課程 (冷)	
8-9	養生舒緩瑜珈 (冷)	生活花藝 (冷)	37 式太極拳班 (冷)		昌隆美音班 (冷)	主題性課程 (冷)	
9-10					昌隆美音班 (冷)		

