

# 112 年 12 月臺北市中山區樂齡學習中心

## 課程活動表

招生對象：年滿 55 歲者

中心地址：吉林國小/臺北市中山區吉林路 110 號 2 樓

聯繫電話：(02)2521-9196 分機 700、710

項次	課程/活動名稱	上課時間	地點	講師簡介	備註
1	桌遊	每週一上午 9:30~11:30 12/4、12/11、12/18、12/25	中心本部 405 教室	陳良槿 專業實務工 作者	報名 截止
2	銀髮體適能	每週一上午 9:30~11:30 12/4、12/11、12/18、12/25	中心本部 教室一	王伯晏 專業實務工 作者	報名 截止
3	唱流行歌曲學音樂	每週一下午 2 點~4 點 12/4、12/11、12/18、12/25	中心本部 405 教室	高豪佑 專業實務工 作者	報名 截止
4	靜心禪繞畫	每週一下午 2 點~4 點 12/4、12/11	中心本部 教室四	范莊怡 樂齡核心課 程講師	報名 截止
5	英文歌輕鬆唱	每週二上午 10:00~12:00 12/5、12/12	中心本部 405 教室	盧韻竹 樂齡核心課 程講師	報名 截止
6	手機軟體入門應用	每週二上午 9:30~11:30 12/5、12/12	中心本部 教室四	許月鳳 樂齡核心課 程講師	報名 截止
7	SDD 歌唱	每週二下午 2 點~4 點 12/5、12/12、12/19	中心本部 405 教室	郭秀珍 樂齡核心課 程講師	報名 截止
8	銀髮武術	每週二下午 2 點~4 點 12/5、12/12	中心本部 教室一	鄭永欣 專業實務工 作者	報名 截止
9	活力土風舞	每週三上午 8:00~10:00 12/6、12/13、12/20	中心本部 教室一	許素珠 專業實務工 作者	報名 截止
10	攝影	每週三上午 9:30~11:30 12/6、12/13、12/20、12/27	中心本部 405 教室	陳一愷 專業實務工 作者	報名 截止
11	健康瑜珈(初階班)	每週三上午 9:30~11:30 12/6、12/13、12/20	中心本部 教室二	彭餘芬 專業實務工 作者	報名 截止
12	樂齡芭蕾舞	每週三下午 2 點~4 點 12/6、12/13、12/20	中心本部 教室一	黃心怡 專業實務工 作者	報名 截止
13	實用生活美語	每週三晚上 7:00~9:00 12/6、12/20、12/27	中心本部 405 教室	王存亨 專業實務工 作者	報名 截止
14	腦力活化與失智 預防讀書會	每週四上午 9:30~11:30 12/7、12/14、2/21	中心本部 405 教室	藍美玉 樂齡核心課 程講師	報名 截止
15	中醫養生	隔週四下午 2 點~4 點	中心本部	鄭天麗	報名

		12/7、12/14	405 教室	專業實務工作者	截止
16	手語團康	每週四下午 2 點~4 點 12/7、12/14、12/21、12/28	中心本部 教室一	李慧英 專業實務工作者	報名 截止
17	書法	每週五上午 9:30~11:30 12/1、12/8、12/15	中心本部 405 教室	李弘正 專業實務工作者	報名 截止
18	粉彩繪畫	每週五上午 9:30~11:30 12/1、12/8、12/15	中心本部 教室四	李正宏 專業實務工作者	報名 截止
19	養生太極拳	每週五上午 9:30~11:30 12/1、12/15、12/22、12/29	中心本部 教室一	莊予曄 樂齡一般講師	報名 截止
20	日文歌輕鬆唱	每週五下午 2 點~4 點 12/1、12/8、12/15	中心本部 405 教室	呂季陵 專業實務工作者	報名 截止
21	哈達瑜珈(進階班)	每週五下午 2 點~4 點 12/1、12/8、12/15、12/22、 12/29	中心本部 教室二	劉佩 專業實務工作者	報名 截止

備註：

1. 本中心樂齡課程分期辦理，報名日期及方式請留意網頁公告  
(<https://sites.google.com/clps.tp.edu.tw/seniorcpli> )
2. 此表僅為表定日期，實際上課日期，以各班實際上課通知為主！
3. 此為課程活動表，非為簡章，中心課程分為二期，報名時間為二、八月，請留意該段時間簡章公告。