

聖愛樂齡活力中心

招生

如果您正在規畫自己的退休新生活，或是想為家中長輩安排充實又有興趣的樂齡課程，聖愛健康活力中心29期課程招生中！心動不如馬上行動，歡迎您的加入！



輕鬆學習，好健康！

【上課時間】111年7月4日~111年9月23日實體課(共計12週)

【招收對象】50歲以上學員

【報名時間】即日起~額滿截止

【報名方式】現場報名(來電預約:04-22758689)

【上課地點】太平區長龍路一段內城巷43號(聖愛山莊)

【課程內容】

時間	週一		週二		週三	週四		週五
08:30 10:00	健走 深呼吸 B	繽紛 水彩畫	皮拉提斯		生活素描	健走深呼吸 A		綜合體適能
10:30 12:00	歡樂 二胡	活力 舞蹈	健康有氧 10:20-11:50		肌力雕塑 A	音樂 禪繞畫	機縫 拼布 進階	心樂人生
13:30 15:00	緩和 瑜珈	樂活 書法 B	按摩 伸展	歡樂 好聲音	打擊樂團	肌力 雕塑 B	機縫 拼布 進階	樂活書法 A
15:10 16:40			快樂桌球 A					快樂桌球 B