

**真理大學運動健康與休閒學系申辦教育部 104 學年度
樂齡大學第二單元課程表
105 年**

課程名稱 月份	星期	星期二	星期三	星期四
	三月	8	樂齡大學課程理念 教師：尹珮璐	9 做個快樂的樂齡族 教師：林致維
15		手工皂體驗 教師：張春蓮	16 做個快樂的樂齡族 教師：林致維	17 健康科學與養生 教師：尹珮璐
22		手工皂體驗 教師：張春蓮	23 做個快樂的樂齡族 教師：林致維	24 健康科學與養生 教師：尹珮璐
29		手工皂體驗 教師：張春蓮	30 高齡追向時代-國際禮儀實務 教師：陳淑娟	31 健康科學與養生 教師：尹珮璐
四月	5	春假	6 春假	7 春假
	12	專題講座 教師：周一鳴	13 高齡追向時代-手機照相 教師：鹿漢清	14 蝶谷巴特初體驗 教師：蕭秀鳳
	19	養生太極拳 教師：吳木村	20 高齡追向時代-手機照相 教師：鹿漢清	21 蝶谷巴特初體驗 教師：蕭秀鳳
	26	養生太極拳 教師：吳木村	27 高齡追向時代-手機照相 教師：鹿漢清	28 蝶谷巴特初體驗 教師：蕭秀鳳
五月	3	養生太極拳 教師：吳木村	4 社會參與及服務-老人院 教師：蔡正育	5 蝶谷巴特初體驗 教師：蕭秀鳳
	10	養生太極拳 教師：吳木村	11 中老年人的睡眠障礙 教師：徐崇堯	12 戶外參訪-七股瀉湖 教師：黃俊彥
	17	健康養生烘焙 教師：殷春菊	18 美髮 DIY 教師：姬偉元	19 戶外參訪-阿里山奮起湖 教師：尹珮璐
	24	健康養生烘焙 教師：殷春菊	25 游泳運動 教師：蔡正育	26 社會參與及服務-商店街 教師：黃俊彥
六月	5/31	健康養生烘焙 教師：殷春菊	1 游泳運動 教師：蔡正育	2 專題講座 奇美醫院
	7		8 游泳運動 教師：蔡正育	9