**身心靈健康課程**

身心靈健康系列課程提供流動瑜珈、瑜珈提斯、體雕等運動指導，幫助您在樂趣化的教學中，平衡身心靈，享受美好人生。

主辦單位：東華大學體育中心

對 象：本校教職員工師生與社區居民

報名時間：即日起至105年9月22日五點以前報名截止**(費用請於上課前繳清)**

報名與繳費地點：東華大學體育中心(壽豐鄉志學村大學路二段1-32號 )

報名方式：傳真、網路、體育中心現場報名

開課時間：105年9月26日開課

費 用：一期12堂每人$3000，

早鳥價: 9月14日以前完成報名與繳費者，9折 2700 元/人

三人團報: 9.5折2850 元/人、五人團報9折: 2700 元/人

\*本活動課程可列入公務人員終身學習護照

-------------------------------------------------------------------------------------

報名表 姓 名\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

單 位\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 職稱 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

連絡電話\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

電子信箱\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

參加課程(請勾選)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **流動瑜珈**  **Flow Yoga** | **王建軍老師**  **Ryan** | **□105/9/26-12/19**  **10/10休息一次** | (一) | 18:10-19:40(1.5hr)  舞蹈教室(壽豐校區) | 12堂 | NT$3000/人 |
| **瑜珈提斯**  **Yogalates** | **張秀如老師**  **Sarah** | **□105/9/27-12/13** | (二) | 18:10-19:40(1.5hr)  舞蹈教室(壽豐校區) | 12堂 | NT$3000/人 |
| **體雕iParty** | **林紫妍老師**  **Victoria** | **□105/9/28-12/14** | (三) | 18:10-19:40(1.5hr)  舞蹈教室(壽豐校區) | 12堂 | NT$3000/人 |

聯絡電話;03-8632613莊春昇2612余瑞坤2622陳怡靜

報名表下載至體育中心網站http://www.phyedu.ndhu.edu.tw/news.htm

報名表請於前105年9月22日五點以前[回傳至james@mail.ndhu.edu.tw](mailto:回傳至james@mail.ndhu.edu.tw)

或傳真至8632610 #授課教師相關介紹，請至體育中心網站連結