體育中心
健身、雕塑、燃脂體驗課程

想要健身沒有去處跟器材嗎?

想要雕塑身材沒有教練指導嗎?

想要減脂卻找不到有效的辦法嗎?

體育中心
健身、雕塑、燃脂體驗課程，
由專業的教練讓你/妳三個願望一次滿足。
內容包括：

TRX 懸吊系統訓練

壺鈴訓練

功能性訓練

對象：東華大學教職員、學生

參加人數：24-36 人(額滿為止)

報名日期：11 月 4 日(星期四)至 11 月 8 日(星期二)

活動日期：11 月 9 日(星期三)晚上 20:00-21:00

活動地點：體育中心跆拳道教室、舞蹈教室

報名網址：

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe5yQQ8lwZlOttcx1KvXpfAeg4Yjw1qDsz5rdzj8gy1AzTnXQ/viewform

只酌收清潔費 50 元
（現場繳交）
名額有限，先搶先贏!!

PS：1. 報名人未達開課人數，體育中心有權力停止體驗課程。

2. 凡參與體驗課程的學員，報名體育中心的推廣課程均有 9 折的優惠!!