澎湖縣馬公市樂齡學習優質中心 111 年 12 月課程時間表

日期	星期	類別	上課地點	時間	課程內容				参加 人數
	四四	 菜園社區	 菜園	15:00	交通安全		知識	規律運動	50
12/1		(行動教室)	活動中心		預防詐騙		安全	活化記憶	
		(11,0)			消防安全		防治	人身安全	
12/5		前寮社區	前寮	15:00			知識	規律運動	50
		(行動教室)	※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※		預防詐騙		安全	活化記憶	
		(,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	, ,		消防安全		防治	人身安全	
12/8	四四	興仁社區	興仁	15:00	交通安全 健康知			規律運動	50
		(行動教室)	活動中心		預防詐騙		安全	活化記憶	
					消防安全	家暴	防治	人身安全	
12/12	_	鐵線社區	鐵線	10:00	交通安全 健康失		知識	規律運動	50
		 (行動教室)	活動中心		預防詐騙	用藥	安全	活化記憶	
					消防安全	家暴	防治	人身安全	
12/5、12	_	志工増能	莫尼瑜珈	15:00~	be on the				30
			健身工作室	17:00	低空瑜珈				
12/13	=	志工增能	澎創基地5樓	14:00	A 35 J. 11 1.				20
					手染包物巾				
12/5 · 12 · 19	_	樂齢	烏崁	15:00~	活化記憶力				30
		核心課程	活動中心	16:00			銀髮體適能		
12/5 \ 12 \ 19	_	自主規劃課程-	東文活動中心	19:00~	. 1				20
		興趣需求	二樓樂齡教室	21:00	二胡班				
12/6、13、 20	=	自主規劃課程	東文活動中心	19:30~	樂齢體適能		7 A.	28 -A -1	30
		-興趣需求	二樓樂齡教室	20:30			陰	陽瑜珈	
12/6 · 13 · 20	=	樂齡	菜園	10:00~	江儿刘拉上		加斯础立外		30
		核心課程	活動中心	11:00	活化記憶	71	銀笈	體適能	
12/6 · 13 · 20	_	樂齡	興仁	15:00~	工儿刘焕	<u>_</u>	阳縣 鼬 立小		30
		核心課程	活動中心	16:00	活化記憶力		銀髮體適能		
12/6、13、 20	=	樂龄	重光	15:00~	江儿山地		知 影 聯 法 化		30
		核心課程	活動中心	16:00	活化記憶力		銀髮體適能		
12/7 · 14 · 21	Ξ	樂龄	光明	15:00~	细彩黝漓	. AL	上 椅子輕瑜珈		30
		核心課程	光懷據點	16:00	銀髮體適		何丁	一輕斯咖	
12/7 · 14 · 21	三	樂龄	東文活動中心		銀髮體適能 好老善終正位法		規律運動		30
		核心課程	二樓樂齡教室	21:00					
12/1 · 8 · 15 · 22	四	自主規劃課程-	東文活動中心	19:00~	樂齢體適能		真愛瑜珈球		30
		興趣需求	二樓樂齡教室	21:00	木四花短	月日	丹 发	一	00
12/3 \ 10 \ 17	六	自主規劃課程	東文活動中心		舞蹈班			30	
		-興趣需求	二樓樂齡教室	17:00			ヨル エ		00
12/3 \ 10 \ 17	六	自主規劃課程	東文活動中心	19:00	九九太		極巻		30
		-興趣需求	二樓樂齡教室	21:00			/坚于		00