

超夯運動精選輯【進入舞蹈教室請更換乾淨之運動鞋，瑜珈、彼拉提斯、肌力課程請自備瑜珈墊；第二週起部分課程開放收費試上】12/28 前報名享特惠價，12/29 起恢復原價									
系列	課程代號	課程名稱	星期	時段	費用	時數	上課期間	教師	上課期間
超夯運動精選輯	AC151	iWALK 健走有氧	—	11:00-12:00	1900 1600	8	1/9-3/6	蔡淑嫻 (相陪)	1/5-3/2
	AC152	核心皮拉提斯	—	10:10-11:10	1900 1500	8	1/9-3/6	陳美如	1/5-3/2
	AC153	墊上皮拉提斯運動 < 自備 30 公分瑜珈球 >	—	18:00-19:00	1900 1500	8	1/9-3/6	謝孟國	1/5-3/2
	AC154	有氧核心瑜珈 (7 週)	—	19:00-20:30	2200	10.5	1/30-3/20	林治政	1/6-3/3
	AC155	魅力舞動有氧	二	10:40-11:40	1900 1600	8	1/3-2/28	洪麗均 (相陪)	1/6-3/3
	AC156	皮拉提斯有氧	二	12:10-13:10	2000 1700	8	1/3-2/28	林治政	1/6-3/3
	AC157	熱力混合有氧	二	19:10-20:10	1900 1600	8	1/3-2/28	張家峰	1/6-3/3
	AC158	ZUMBA®	三	10:40-11:40	1900 1600	8	1/4-3/1	陳怡仲	1/8-3/4
AC159	HIIT Fit 動燃脂	三	18:00-19:00	1900 1600	8	1/4-3/1	蔡淑嫻 (相陪)	1/14-3/4	
健康運動學院【進入舞蹈教室請更換乾淨之運動鞋，瑜珈、彼拉提斯、肌力課程請自備瑜珈墊；第二週起部分課程開放收費試上】12/28 前報名享特惠價，12/29 起恢復原價									
系列	課程代號	課程名稱	星期	時段	費用	時數	上課期間	教師	上課期間
專業舞蹈夜間系列	AC171	阿根廷探戈入門 (特惠)	二	20:20-21:40	1500 1199	10.5	1/3-2/28	張亞雲	1/6-3/3
	AC172	國標社交舞入門	四	19:30-21:30	2200	16	1/5-3/2	謝富美	1/6-3/3
	AC173	流行男團 MV 舞蹈 舞蹈：BTS-run bts	四	19:10-20:10	1300	8	1/5-3/2	楊舒婷	1/6-3/3
	AC174	Girl's Power MV 舞蹈 舞蹈：LE SSERAFIM-Antifragile	四	20:20-21:20	1300	8	1/5-3/2	楊舒婷	1/6-3/3
	AC175	國際標準舞初級 (5 週) <代購或自備乾淨舞鞋>	六	19:00-21:00	1500	10	1/14-3/4	張瑞娥	1/6-3/3
	AC176	成人芭蕾舞入門 < 請著貼身服飾及舞鞋 >	—	10:40-11:40	1500	8	1/9-3/6	謝孟國	1/6-3/3
	AC177	標準社交舞 舞蹈：倫巴、探戈 <代購或自備乾淨舞鞋>	—	14:30-16:00	1700	12	1/9-3/6	郭曉寧	1/6-3/3
	AC178	敦煌能量舞 ~ 拈花	三	09:30-10:30	1500	8	1/4-3/1	曾美鳳	1/6-3/3
AC179	敦煌舞 ~ 伎樂天	三	10:40-11:40	1500	8	1/4-3/1	曾美鳳	1/6-3/3	
AC180	Line Dance 排舞	三	15:00-16:30	1800	12	1/4-3/1	謝秀蘭	1/6-3/3	
專業舞蹈日間系列	AC181	成人芭蕾舞小品 (7 週)	五	10:40-11:40	1350	7	1/6-3/3	謝孟國	1/6-3/3
	AC182	國標社交舞入門 (7 週)	五	14:00-16:20	2200	16	1/6-3/3	謝富美	1/6-3/3
	AC201	楊氏簡易 22 式太極拳	—	19:30-21:30	1700	16	1/9-3/6	王高助	1/6-3/3
	AC202	初級八式太極拳 (7 週)	五	19:10-20:40	1200	10.5	1/6-3/3	林勝吉	1/6-3/3
	AC203	太極功夫扇	—	09:30-11:00	1300	12	1/9-3/6	林勝吉	1/6-3/3
	AC204	活力太鼓 < 自備或團購鼓棒 250 元、粗鼓及教材費 500 元 >	二	14:30-15:30	1600	8	1/3-2/28	謝承志	1/6-3/3
	AC205	樂活太鼓 < 自備或團購鼓棒 250 元、粗鼓及教材費 500 元 >	三	10:10-11:10	1600	8	1/4-3/1	謝承志	1/6-3/3
	AC206	鄭子太極拳	日	09:30-11:30	1700	16	1/8-3/5	林勝吉	1/6-3/3
AC301	牛角戲經養生美學【實戰班】 (特惠)	四	19:00-21:00	2500 2100	16	1/5-3/2	賴美玉	1/6-3/3	

文創藝能學院【教材、講義費於第一堂課另繳給老師】12/28 前報名享特惠價・12/29 起恢復原價									
系列	課程代碼	課程名稱	星期	時段	費用	時數	上課時間	教師	
美術創作夜間系列	AD101	Bob Ross 油畫基礎(6週) 〈自備：調色盤、筆刷、水桶、噴槍、遮顏紙、棉質圍裙等 (含多件輔助材料，可單獨購買或另加運費)〉	一	19:00-21:00	1600	12	1/16-3/6 1/30停課	李慈嫻	AD206
	AD102	素描初階繪圖(8週) 〈自備：四開繪圖紙、八開活頁畫冊、鉛筆、軟擦、橡皮、噴槍〉	二	19:00-21:30	2200	20	1/3-2/28	謝銘修	AD207
	AD103	手繪透視空間圖(7週) 〈自備或代購：樹葉、橡皮擦、30cm直尺、黑色及白色代針筆、材料費350元〉	二	19:30-21:30	1750	14	1/10-2/28	楊秀惠	AD208
	AD104	工筆佛畫&花鳥<自備或代購> 工筆水墨1500元>	三	19:00-21:00	1900	16	1/4-3/1	王懿尹 陳麗如	AD209
	AD105	色鉛筆(含軟化或代購：8開松竹葉描本、36色水性色鉛筆等) <自備或代購：攜帶型自動鉛筆盒、小扇子>660元	三	19:00-21:00	1900	16	1/4-3/1	王懿尹 陳麗如	AD210
	AD106	手繪Q版繪畫(7週)<材料費300元，含代針筆、繪本>	三	19:00-21:30	2000	17.5	1/11-3/1	陳國亮	AD211
藝術創作日間系列	AD107	天下墨寶～隸書行書<自備或代購：毛筆、墨汁、小碟子、毛氈、教杆材費40元另計>	三	19:00-21:00	1900	16	1/4-3/1	王錫圭	AD212
	AD108	代針筆與渲染斜壓描畫🔥 〈請自備：12色水性水彩顏料、游絲鋼試型膠杯、漆面紙、材料費300元另計>	三	19:30-21:30	1900	16	1/4-3/1	陳家欣	AD213
	AD109	國畫(色備：中楷圓竹簍、掛式水盂、墨石、宣紙、水袋、調色盤、講發費40元)	四	19:00-21:00	1900	16	1/5-3/2	葉志德	AD214
	AD110	隸書行書美學(7週) 〈自備或代購：毛筆、墨汁、小碟子、毛氈、教杆材費40元>	五	19:00-21:00	1750	14	1/6-3/3	王錫圭	AD215
美術創作夜間系列									
藝術創作日間系列	AD206	愛上家居飾品～水、珍珠、串珠(7週) 〈自備：剪刀、公模器、公考器、量具、材料費1200元另計>	五	19:00-21:00	1750	14	1/6-3/3	羅玉珍	AD207
	AD207	小資創業～凝膠指甲彩繪(6週) 贈：專業護甲200元另計(包含多項器材)。	五	19:30-21:30	1800	12	1/6-2/24	徐湘嵐	AD208
	AD208	歐美花藝設計(7週)🔥 〈請自備剪刀、小花剪、白色紙、布片、自黏帶等。第一堂課自備專業花器(小花剪、白色紙、布片、自黏帶等)。第二堂課自備專業花器(小花剪、白色紙、布片、自黏帶等)〉	—	10:00-12:00	1750 1500	14	1/16-3/6	陳信蒂	AD209
	AD209	潮流時裝設計-上衣袖口設計 第一堂課自備專業花器(小花剪、白色紙、布片、自黏帶等)。第二堂課自備專業花器(小花剪、白色紙、布片、自黏帶等)。	二	09:20-11:50	2800	20	1/3-2/28	陳永琪	AD210
	AD210	蝶古巴特紙藝拼貼(6週) 成品：吊掛花圈、鐵線盆一個、自備剪刀、材料費600元	二	09:30-11:30	1600	12	1/10-2/21	黃利玲	AD211
	AD211	小資花禮：浮游典藏香系列(3週)🔥 (如贈禮品可回函，材料費900元另計)	二	10:00-12:00	1200 1000	6	2/7-2/21	柯珈榮	AD212
藝術創作日間系列	AD212	創意水晶、珍珠、串珠飾品 〈自備：剪刀、公模器、公考器、量具、材料費1200元另計>	三	09:30-11:30	1900	16	1/4-3/1	羅玉珍	AD213
	AD213	手作溫度～幸福縫紉小物🔥 〈請自備：縫紉機布、小花剪、白色紙、裁縫粉等。第一堂課自備專業花器(小花剪、白色紙、布片、自黏帶等)。第二堂課自備專業花器(小花剪、白色紙、布片、自黏帶等)〉	三	10:00-12:00	1900	16	1/4-3/1	陳永琪	AD214
	AD214	小原流插花<自備或代購：剪刀、鉗山、花藝試工具、花瓶、材料費2400元另計>	三	09:30-11:00	1600	12	1/4-3/1	方月理	AD215
	AD215	小原流插花<自備或代購：剪刀、鉗山、花藝試工具、花瓶、材料費2400元另計>	三	13:30-15:00	1600	12	1/4-3/1	方月理	

[illegible]

AD124	【3人滿班】成人流爵士鋼琴	〈教材費100元，樂器可代購〉	二	09:00-10:00	60.00 【意不計入】	8	1/3-2/28	洪嘉誼	烘焙日間系列	AD304	私房家常菜 (7週)	〈自備保鮮盒、保溫瓶，打包裝；材料費200元另計〉	一	14:00-16:00	1750	14	1/16-3/6	洪大閔 蘇姿娟
AD125	卡拉OK流行歌唱技巧 (6週)	<請參費300元>	四	10:00-12:00	1800	12	1/19-3/2	蔡若淇	飲食系列	AD305	暖暖小食光~異國料理廚房 (6週)	〈自備保鮮盒；材料費100元另計〉	三	15:00-16:30	1400	9	1/18-3/1	蔡英麒
AD126	烏克麗麗入門 (7週)	<限小三以上報名，自備或代購：書籍〈快樂烏克琴320元〉、樂器〉	五	09:00-10:30	1600	10.5	1/6-3/3	歐蒙萊	飲食系列	AD306	晨光美味~潮流早午餐+甜點	〈自備保鮮盒及餐具〉	四	09:30-11:30	1900	16	1/5-3/2	林雅雯
AD127	烏克麗麗進階 (7週)	〈自備或代購：書籍〈快樂烏克琴320元〉、樂器〉	五	10:30-12:00	1800	10.5	1/6-3/3	歐蒙萊	飲食系列	AD307	輕鬆樂烘焙 (4週)	<自備保鮮盒，材料費1200元另計〉	五	09:30-11:30	1300	8	2/3-2/24	陳姿吟
AD128	烏克麗麗入門 (5週)	<限小三以上報名，自備或代購：書籍〈快樂烏克琴320元〉、樂器〉	六	14:00-15:30	1200	7.5	1/14-3/4	歐蒙萊	飲食系列	AD308	午後手作點心 (5週)	〈自備保鮮盒；材料費1500元另計〉	五	14:00-16:00	1450	10	1/13-2/24	趙韋萱
AD129	小提琴<自備或代購：樂器；請參費150元>		日	10:00-11:30	2100 【意不計入】	12	1/8-3/5	歐蒙萊	飲食系列	AD309	咖啡拉花 (6週)	〈材料費5800元另計，送拉花杯一個。上課地點：公園路591-31號7樓701>	二	13:30-16:00	2200	15	1/10-2/21	江旋
AD130	【一對一教學】小提琴 (7週)	〈自備或代購：樂器；請參費150元〉	每週上課50分鐘		6000 【意不計入】	6	報名後與老師協調上課時間	歐蒙萊	飲食系列	AD310	咖啡拉花 (6週)	〈材料費5800元另計，送拉花杯一個。上課地點：公園路591-31號7樓701>	六	09:00-11:30	2200	15	1/14-3/4	江旋
AD201	潮流時裝設計-裙子 (5週)	〈自備或代購：布、尺、自動鉛筆、棉線、剪刀、燙斗、熨斗、縫紉機、縫紉線、縫紉機專用線〉	一	18:50-21:20	2800	20	1/9-3/6	陳永琪	文創藝能系列	AD311	精選咖啡 (5週)	〈材料費3800元另計。上課地點：公園路591-31號7樓701>	四	13:30-16:00	1800	12.5	1/12-2/16	江旋
AD202	療癒樹脂土多肉植物 (5週)	〈自備一條記事本、成品展示盒、材料費400元另計〉	一	19:00-21:00	1450	10	2/6-3/6	林安琪	文創藝能系列	AD312	精選咖啡 (5週)	〈材料費3800元另計。上課地點：公園路591-31號7樓701>	四	18:30-21:00	1800	12.5	1/12-2/16	江旋
AD203	實用攝影入門<自備：相機、外拍時需自置投保平安保險>		二	19:00-21:00	2100	16	1/3-2/28	劉光毅	文創藝能系列	AD313	中餐丙級證照B	〈第3週通考不適用，材料費3000元另計。憑考證、自備保鮮盒及餐盒、餐巾紙、打包袋；報名考試及備用考房另計。〉	二	18:30-21:30	2900 【意不計入】	24	1/3-2/28	洪大閔
AD204	日本插花藝術~華道池坊	〈自備或代購剪刀、花瓶、花材費2800元另計〉	四	19:00-21:00	1900	16	1/5-3/2	林岱立	文創藝能系列	AD314	中餐丙級證照A	〈第3週通考不適用，材料費2900元另計。憑考證、自備保鮮盒、餐巾紙、打包袋；報名考試及備用考房另計。〉	二	14:00-17:00	2900 【意不計入】	24	1/3-2/28	蘇翠娟
AD205	歐美花藝設計 (7週)	〈請自備剪刀、材料費300元另計〉	五	19:00-21:00	1750	14	1/6-3/3	陳岱蒂	文創藝能系列	AD315	丙級飲料調製證照	〈材料費1800元另計。上課地點：公園路591-31號7樓701>	三	18:30-21:30	4100 【意不計入】	24	1/4-3/1	江旋 師寶蓮

節能減碳又快速

歡迎來信索取電子簡章

EDM: tntctcdm@gmail.com

簡章與優惠訊息將每期寄到您的電子信箱

即日起，凡中華電信用戶使用市內電話、公用電話及手機直撥**1980**，即可**免費**與「張老師」線上談心！

快撥分機、輕鬆分機

☆「張老師」服務時間：
星期一至星期五上午九點至晚上九點
星期六、日及例假日上午九點至下午五點
(☆各地區服務時間會依當地人力調整)

學友報名須知及權益事項說明【視同定型化契約，敬請詳閱】

※詳閱簡章—選定班別—填寫報名表—出示優惠證件—現場繳現金款並領取繳款證明單—繳費證明單請保留至課程結束。

※新生首次報名需另繳報名手續費100元。

※【轉班】請於**第二堂上課前**持本期「**繳費證明單**」至禮堂辦理，**轉班限一次**，**第二次轉班加收50元手續費**，一般課程恕無法律保障單日系列課程。**(特選優待課程轉班一律比照贈課學費優惠)**

※各班上課請勿戴書、錄影及試聽，且不得攜書、電物進入教室。

※由申請結業證書工本費50元。

※本團與中國青年旅行社合作辦理各異地旅遊活動，簡章簡索，歡迎報名，或請上網：<http://www.cyta.com.tw>查詢。

退費手續：

(一) 報名人數不足無法開班時，本中心以電話或傳單通知後，請於接獲通知後**週內**辦理轉班或退費，報名手續費100元恕不退還。

(二) 週內辦理通知後，週內辦理轉班或退費，報名手續費100元恕不退還。

(三) 本團是供課程線上「轉帳報名，歡迎利用<http://www.cycca.org.tw>學習中心入口網站線上選課，並透過便利商店(銀行)提款機，或網路ATM完成報名手續。

救國團崇德中心 誠徵各專長領域教師

語文、工商、舞蹈、美術、手工藝、兒童、電腦課程

TELE: 06-2678039
mail: s220502@cyc.tw

