

105 年度第 1 學期樂齡研究苑 B 班「養身保健一」課程表

上課時間：每週一 10:00~12:00 共 6 次

上課地點：N111

NO.	日期	教室	課程主題	授課教師	備註
1	9/26	N111	核心肌群與脊椎運動	陳怡嬪	
2	10/3	N111	用藥安全- 保健食品怎麼吃	黃芬民	
3	10/17	N111	用藥安全- 保健食品怎麼吃	黃芬民	
4	10/24	N111	核心肌群與脊椎運動	陳嘉炘	
5	10/31	N111	銀髮族中醫養生保健	邢郁欣	
6	11/14	N111	銀髮族中醫養生保健	邢郁欣	