

**112 學年度第 1 學期**  
**樂博「樂活強膝健體」課程表**

上課時間：週一 13:10~15:00，共 9 次

上課教室：濟世大樓地下 2 樓 舞蹈教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	10/2	基礎核心與活動度訓練	黃子唐
2	10/23	基礎核心與活動度訓練	黃子唐
3	10/30	基礎肌力訓練	黃子唐
4	11/13	基礎肌力訓練	黃子唐
5	11/20	間歇與動力鏈訓練	黃子唐
6	11/27	間歇與動力鏈訓練	黃子唐
7	12/4	銀髮族功能性綜合體適能運動	黃子唐
8	12/11	銀髮族功能性綜合體適能運動	黃子唐
9	12/18	銀髮族功能性綜合體適能運動	黃子唐

**※本中心保留開課與調整師資課程之權利。**

**112 學年度第 1 學期**  
**樂博「開箱博物館看見高雄多精彩」課程表**

上課時間：週五 10:10~12:00，共 6 次

上課教室：綜合實驗大樓 1 樓 103 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	10/6	什麼是博物館？除了典藏、研究、教育、公共服務·還有.....	藍美雅
2	10/13	認識世界知名博物館以及鎮館之寶	藍美雅
3	10/20	國內博物館的特色與導覽	藍美雅
4	10/27	一起拜訪高雄市的博物館	藍美雅
5	11/3	帶著自己的回憶小物，策一個小展	藍美雅
6	11/17	開箱社區人文地產景，線上旅行趣	藍美雅

※本中心保留開課與調整師資課程之權利。

**112 學年度第 1 學期**  
**樂博「紅酒品嚐與茶藝之美」課程表**

上課時間：週四 10:10~12:00，共 6 次

上課教室：濟世大樓 2 樓 CS201 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	11/16	葡萄酒品飲技巧與新舊世界風格之差異	郭昶志
2	11/23	不同品種葡萄酒的特色	郭昶志
3	11/30	茶之初(小壺泡)、茶具的功能了解和使用	陳秋滿
4	12/7	茶之初(小壺泡)、如何沖泡一壺茶的流程	陳秋滿
5	12/14	茶之初(小壺泡)、台灣茶的基本分類	陳秋滿
6	12/21	茶之初(小壺泡)、台灣茶烏龍茶的製造流程	陳秋滿

**【注意事項】**請學員自備杯子(100cc. 以內)；如果家裡有茶具(茶壺、茶海等)可帶來學校，讓老師確認是否可用。

**※本中心保留開課與調整師資課程之權利。**

# 112 學年度第 1 學期

## 樂博「中醫藥養生與保健」課程表

上課時間：週五 10:10~12:00，共 6 次

週次	日期	課程主題	授課教師	上課教室
1	11/24	常見疾病的穴道按摩	周子為	綜合實驗大樓 1 樓 103 教室
2	12/1	中醫的眼睛保健之道	周子為	
3	12/8	跟痠痛說掰掰	古芸	
4	12/15	趨吉避凶遠離失智症	古芸	
5	12/22	頭皮針與耳穴的健康 秘笈	徐逢駿	
6	12/29	延年益壽太極拳	徐逢駿	濟世大樓 B2 舞蹈教室

※本中心保留開課與調整師資課程之權利。

**112 學年度第 1 學期**  
**樂博「不可不知的現代科技講座」課程表**

上課時間：週四 13:10~15:00，共 3 次

上課教室：濟世大樓三樓 CS311 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	11/30	認識無人機	魏春旺
2	12/7	AI 現代科技跟你的關係	陳以德
3	待定	自動駕駛汽車之過去現在未來	待定

※本中心保留開課與調整師資課程之權利。