



114-2 學年度 基礎古法泰式按摩課程

週數	日期	課 程 主 題	課 程 內 容
1	4/14	泰式按摩概論	<ul style="list-style-type: none"> •基礎理論與文化精神 •認識古法泰式按摩的歷史淵源與文化背景 •能量線 (Sen Line) 與身心連結的概念初探 •施作者基本姿勢、重心控制與呼吸運用 •接待禮儀、施作安全與禁忌事項
2	4/21	泰式腿部按壓	<ul style="list-style-type: none"> •腿前側壓點技術 •順序與節奏 •手掌、拇指交替運用的控制方式 •身體重量的轉移
3	4/28	泰式腿部按壓	<ul style="list-style-type: none"> •腿部連貫動作與延展 •身體重心的穩定與施力技巧 •連貫大腿與小腿操作的銜接練習
4	5/5	泰式能量線概念	<ul style="list-style-type: none"> •Sen 能量線基本路徑與走向 •能量線與身體結構的關係 •按壓手法與能量線對應訓練 •理論與實作結合練習
5	5/12	泰式腿部放鬆	<ul style="list-style-type: none"> •肌肉放鬆與節奏感建立 •腿部肌群的鬆動與放鬆技巧 •手掌與腳掌的柔性觸感訓練 •放鬆前的姿勢調整與角度
6	5/19	泰式腿部放鬆	<ul style="list-style-type: none"> •肌肉放鬆與節奏感建立 •腿部肌群的鬆動與放鬆技巧 •手掌與腳掌的柔性觸感訓練 •放鬆前的姿勢調整與角度
7	5/26	泰式腿部拉伸	<ul style="list-style-type: none"> •基礎髖關節與膝關節伸展 •使用身體重心完成安全伸展 •與客戶呼吸同步的拉伸節奏



8	6/2	泰式腿部拉伸	<ul style="list-style-type: none"> •腿部伸展組合技巧 •拉伸角度與身體保護 •動作連貫訓練
9	6/9	泰式腰腿部拉伸	<ul style="list-style-type: none"> •下半身與骨盆連動 •髖關節與下背連結伸展 •雙人伸展與力道傳導技巧 •骨盆區域釋壓手法 •練習
10	6/16	泰式腰背部拉伸	<ul style="list-style-type: none"> •下半身與骨盆連動 •髖關節與下背連結伸展 •雙人伸展與力道傳導技巧 •骨盆區域釋壓手法 •練習
11	6/23	腹部與胸腔按摩	<ul style="list-style-type: none"> •身體核心放鬆 •腹部按摩安全區域與力道控制 •胸腔放鬆與呼吸導引
12	6/30	手部按摩	<ul style="list-style-type: none"> •上肢技術 •手臂肌群壓點與鬆動
13	7/7	肩頸頭與臉部按摩	<ul style="list-style-type: none"> •頸部與肩部放鬆技巧 •頭部太陽穴與枕骨釋壓 •臉部舒壓手法
14	7/14	總複習	<ul style="list-style-type: none"> •全身節奏與結尾手法 •全套流程整合

【授課教師】方珮緹 老師

【上課時間】115年4月17日至7月14日，每週二晚上19:00-21:00

【上課地點】高雄醫學大學（開課前3天會以手機簡訊通知上課教室）

【招生對象】對古法泰式按摩有興趣之社會大眾

【報名費用】8,000 元（自備瑜珈墊）

【特價優惠】（擇一使用）

1. 115 年 1 月 31 日前完成報名並繳費者享早鳥優惠價 6,400 元
2. 凡 4 人同行完成報名並繳費者皆享 85 折優惠價 6,800 元（此不提供網路報名）
3. 高醫體系教職員工生校友、推廣舊生 9 折優惠價 7,200 元



線上報名



【報名方式】

1. 網路報名：<http://dce.kmu.edu.tw/> (如未註冊過，需先申請“新帳號”)
2. 臨櫃報名：上班期間 (星期一至五) 上午 9:00 ~ 17:00 (中午不休息) 請至本校勵學大樓 3 樓半教務處推廣教育與數位學習中心
3. 通訊報名：請將報名表填妥連同報名費用 (請購買郵局匯票，匯票受款人請寫「高雄醫學大學」) 一起以掛號寄至高雄市三民區十全一路 100 號 高雄醫學大學 教務處推廣教育與數位學習中心收

【報名日期】即日起至 **115 年 3 月 20 日** 或 15 人額滿為止。

【注意事項】

- 請學員自備瑜珈墊，並穿著方便活動的衣服。
- 報名請填寫可聯絡的手機號碼，上課資訊、課程提醒等都會以「簡訊」傳送；若因學員填寫錯誤或不符，致無法按時聯繫其本人時，學員應自行負責。
- 為維護課程學習效益，主辦單位保留課程內容調整及授課講師異動之權利。
- 主辦單位於本活動授課期間所拍攝學員之照片與影片，相關智慧財產權為主辦單位所有，主辦單位得基於日後招生宣傳目的使用。
- 如遇颱風、地震、傳染病、天候、罷工等不可抗力事由，本中心以高雄市政府人事行政局發布消息為停課標準。若遇「停課」，當期課程將順延至補課結束。
- 依教育部 113 年 6 月 28 日臺教高(四)字第 1130064519 號函，學辦理營隊、學習課程與招生作業不得有違背招生公平性、損及社會各界對於多元入學制度之公信力之情事，本校辦理各式營隊、課程暨後招收**高中生**之活動仍應依教育部 111 年 3 月 9 日臺教高(四)字第 1112201260 號函示(諒達)**不得授予參與證明(或結業證書)**，俾避免違反招生倫理及破壞招生公信，以杜爭議。
- 收據請保留至課程結束。若未達開課標準則全額退費，退費相關事項依本校推廣教育退費規定辦理，洽詢電話：(07) 312-1101 轉 2270。
- 若遇天然災害(如：颱風)，本中心以高雄市政府人事行政局發布消息為停課標準。若遇「停課」，當期課程將順延至補課結束。

推廣首頁



推廣 FB



推廣 LINE





114-2 基礎古法泰式按摩課程 報名表

(開課序號：99461001)

姓 名			生理性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
身分證字號			出生年月日	年 月 日	
聯絡電話			E - mail		
住 址					
注意事項	<p>1.高雄醫學大學為協助學員進行報名相關作業之目的，需蒐集您的姓名、性別、身分證字號、電話、地址、出生年月日等個人資料（辨識類：C001、C003、C011、C013、C023、C038、C051），作為就學期間及台灣地區內進行聯繫，個人資料將保存 1 年。本校於蒐集您的個人資料時，若您不願意提供真實且完整的個人資料或有欄位未填寫，則可能對您的報名作業及參與本課程之權益有所影響。</p> <p>2.本人同意本表資料及上課時之個人肖像權由高雄醫學大教務處推廣教育與數位學習中心於執行相關業務範圍內進行蒐集、處理與利用。</p> <p>3.如欲行使其他個人資料保護法第 3 條的當事人權利，請洽本校教務處推廣教育與數位學習中心。(extend@kmu.edu.tw ; (07) 3121101-2270)</p> <p><input type="checkbox"/>本人已詳細閱讀上列告知事項且完全明瞭其內容。</p> <p style="text-align: right;">學員簽章：_____</p>				
推廣學號			承辦人		
日期 / 費用			簽 章	收費簽章	

推廣首頁



推廣 FB



推廣 LINE

