**身心靈健康課程**

身心靈健康系列課程提供瑜珈提斯、極球、體雕、兒童律動瑜珈等運動指導，幫助您在樂趣化的教學中，平衡身心靈，享受美好人生。

主辦單位：東華大學體育中心

報名時間：即日起至106年3月8日五點以前報名截止**(費用請於上課前繳清)**

報名與繳費地點：親至東華大學體育中心(壽豐鄉志學村大學路二段1-32號 )或至國立東華大學線上繳費系統辦理繳費: http://web.ndhu.edu.tw/ga/onlinepay/pay.aspx

報名方式：傳真、網路或體育中心現場報名

費 用：**一期十次2500 元/人(瑜珈提斯、與我共舞、極球體雕)**

**一期八次2000/人（兒童律動瑜珈）**

**優 惠**：早鳥價**3月1**日以前完成報名與繳費者，9折

三人團報9.5折、五人團報9折

-------------------------------------------------------------------------------------

報名表 姓 名\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

單 位\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 職稱 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

連絡電話\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

電子信箱\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

參加課程(請勾選)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **瑜珈提斯**  **Yogalates** | **張秀如**  **(Sarah)** | **□3/14-5/23**  **(4/4放假)** | (二) | 18:10-19:40(1.5hr)  舞蹈教室(壽豐校區) | 10次 | 2500/人 |
| **與我共舞**  **Dance With Me** | **王學仁**  **(小草)** | **□3/15-5/17** | (三) | 18:10-19:40(1.5hr)  舞蹈教室(壽豐校區) | 10次 | 2500/人 |
| **極球體雕** | **林紫妍**  **(Victoria)** | **□3/16-5/18** | (四) | 18:10-19:40(1.5hr)  舞蹈教室(壽豐校區) | 10次 | 2500/人 |
| **兒童律動瑜珈**  (適合5-9歲兒童參與) | **季芸嘉/**  **陳瑜** | **□3/18-5/13**  **(4/1放假)** | (六) | 15:00-16:30(1.5hr) 舞蹈教室(壽豐校區) | 8次 | 2000/人 |

聯絡電話;03-8632613莊春昇2612余瑞坤2622陳怡靜

報名表下載至體育中心網站: http://134.208.12.36/~phyedu/index.php/tw/

報名表請於前106年3月8日五點以前[回傳至james@gms.ndhu.edu.tw](mailto:回傳至james@gms.ndhu.edu.tw)

或傳真至8632610 #授課教師相關介紹，請至體育中心網站連結