學習有活力 生活更亮麗

語文教育 工商管理 健康運動 文創藝能 兒童成長

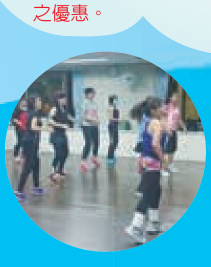
印刷品

救國團 草屯

105-4期 終身學習中心 7~8月研習簡章

網路報名折扣優惠

(A) 105-4期網路報名折扣優惠：
105年6月22日前報名 9 折，
105年6月23日起 95 折。
(B) 繳費方式：請於報名隔天23:59前至ATM轉帳。
(C) 報名網站：www.cyccea.org.tw或搜尋【救國團學習中心】。
(D) 逾期繳費請電洽報名中心處理。
本中心任何優惠辦法僅適用全期班，且無法同時併用：插班、單元班及不折扣班皆不適用以上之優惠。



研習時間:105年7月4日(一)~8月28日(日) 共八週

http://ntntc.cyc.org.tw
facebook 搜尋 救國團南投縣終身學習中心

草屯中心
★本團為政府機關委託辦理公務人員學習認證機構★
草屯鎮中正路601之7號5樓（土銀5樓）
電話：(049)2307088
傳真：(049)2318557
新學友需酌收100元報名費恕不退還，並贈送乙張終身學習卡。(可永久留用)

草屯限定 (6/23前特別優惠) 全民抗漲
1. FU暑假學生專案：105-4期凡持正規教育之學生證，可享課程9折優惠。(國小至大專院校博士生皆可)
2. 『國民經濟專區』：K系列為超值優惠課程，持終身卡即可報名。
3. 青少年專案：凡標示書本圖案只要年滿12-18歲學生憑學生證或證明即可享有85折優惠。
※本中心任何優惠辦法僅適用現場報名全期班，且無法同時併用；插班、單元班及不折扣班皆不適用以上之優惠（新生需加收100元報名費）。

政府補助委代辦~招生中
◎15至29歲待業青年職訓專班【優質餐飲人員服務培訓班】6月底開課
◎身障者職業訓練【烘焙技能應用班】7月開課
※洽詢專線：049-223441#17 莊小姐

師生聯誼假日旅遊（無折扣團）
★中區聯營
◎7/17(日) 高處寒溪呢~夏日避暑趣 $1,250/人
相見歡（報到）→寒溪呢森林人文叡地→快樂賦歸
※以上費用含中巴車資、門票、旅責險、司領津貼、行政雜支、午餐自理
★師生同樂會
◎9/17(六)[中秋同樂會]一起探索宮崎駿的世界 $1150/人
相見歡（報到）→「吉卜力的動畫世界」特展→快樂賦歸
◎10/8(六)[雙十同樂會]重返巴洛克~詠讚奇美 $990/人
相見歡（報到）→奇美博物館（停留4小時）→快樂賦歸
※以上費用含車資、旅責險、門票、司領津貼、行政雜支、回程西式餐盒、午餐自理

猴年好運到 住宿券加碼送
凡符合以下資格享優惠加碼贈送限量『溪頭住宿卷』乙張，數量有限送完為止！（僅限全期班）
★本人同時報名三班者，不論新舊生皆送『溪頭住宿卷』乙張。
★舊生拉新生，舊生享8折，新生享95折優惠，舊生加碼送『溪頭住宿卷』乙張。

EDM索取專區
節能減碳又快速
歡迎來信索取電子簡章
542tttedm@cyc.tw
簡章與優惠訊息將每期寄到您的電子信箱。

2016澎湖自由行專案行程 三天兩夜只要3799元起！ TEL：06-9271124

本期現場報名優惠辦法

報名區分	同時報名	6/23前報名	6/24起報名
新學友	1班	95折	恕不折扣
	2班	9折	95折
舊學友	1班	9折	95折
	2班	85折	9折
舊生拉新生(同時報名)	舊生8折、新生95折		
銀髮族65歲以上	65折		
身心障礙手冊	7折(限一班)		

本中心任何優惠辦法僅適用全期班，且無法同時併用：插班、單元班及不折扣班皆不適用以上之優惠。

心靈饗宴

代號	班別	日期	學費	每星期	時間	指導老師
A245	New 快樂學陶笛-初級	0705-0823	1300	二	晚7:00-8:00	Tiffany
A246	New 快樂學陶笛週六班-初級	0709-0827	1300	六	午4:00-5:00	

中餐持證食品衛生講習-開辦啦
上課日期：G201-8/9(二)早9:00-17:00　G201-8/21(日)早9:00-17:00
上課費用：900（不折扣）
1. 持有中餐烹調乙、丙級技術證照者，每年規定均得參加「持證廚師」8小時。（持廚師證書滿4年須完成32小時講習課程）2. 上課當日自備2吋照片1張或時數卡（綠色）。3. 凡8位以上團體報名享優惠100元。中午發放便當

這夏有意思

5/31前報名，享早鳥下殺價6000元

N201(七月)--7/04-7/29 學費 5000元
N202(八月)--8/01-8/26 (材料費另計$3500)
每週一～五 AM09:00-PM05:00

課程內容：學習不該只是背誦跟無止盡的測驗，而是讓孩子透過『遊戲』發掘新知識，讓孩子【做中玩・玩中學】。我們努力發掘每個專任的教師與達人，找出優質的兒童課程，透過課程培養孩子的【自信心・觀察力・創造力・腦力・肢體】讓孩子的這個夏天超級有意思。

【手做教育】培養創造力、孩子動手的能力－趣味氣球DIY、創意點心烘焙、一起打皂愛地球
【美感培育】培養觀察力－綜合美感培育、美學鑑賞、
【肢體開發】培養自信心－兒童跆拳律動、街舞律動體適能、街舞MV
【多元智能】培養潛在能力－口說表達訓練、益智桌遊＋積木、小小棋靈王

課程收費：8500/月/人（內含學費、教材費、午餐費）
2800/週/人（內含學費、教材費、午餐費）
注意事項：上課請攜帶棉被、枕頭、環保餐具、環保杯、文具用品、暑假作業
----本中心得依實際狀況調整課程

	一	二	三	四	五
08:00-09:00	課前準備				
09:00-10:30	綜合美感培育（繪畫黏土多媒材創作）	趣味氣球DIY	小廚神創意點心DIY	街舞律動體適能	美學鑑賞
10:30-12:00		小小棋靈王		遨遊旋律音樂世界	奇幻電影大冒險
12:00-14:00	補充能量~吃午餐~睡午覺囉				
14:00-15:30	口語表達訓練	輕鬆學美語生活美語	小廚神創意點心DIY	一起打皂愛地球	動動腦益智桌遊+積木
15:30-17:00	兒童跆拳道律動	綜合多元學習		戶外競技體能遊戲	舞動MV
優惠辦法	A. 6/15前每梯7500元 C. 報名7.8月二梯共折2000元		B. 6/15-6/30每梯8000元 D. 單週報名2500元		

兒童成長學院

※7歲以下孩童，建議由家長陪同上課

日光兒童成長學院系列

編號	班別名稱	日期	學費	星期	時間	指導教師	教學內容	年齡
A201	New 親子音樂潛能開發班	0704-0822	1300	一	早10:00-10:50	小甄老師	以故事欣賞、樂器打擊、音樂遊戲、舞蹈、戲劇、文學、圖畫、藝術創作等各種元素合而為一，用聽、說、唱、跳、敲，玩等方式表達出來，並同時教導基礎的音樂節奏及音樂樂理，讓孩子在這堂課有多元的學習。教材費400元	2-4歲
A202	New 幼兒動手玩Lasy積木	0704-0822	1600 不折扣	一	早11:00-12:00		培養「腦眼手協調」與「立體空間」觀念，啟發孩子大腦思考動機，鼓勵孩子動手實作的表現，在課程中動手又動腦，玩出大能力。※三歲以上獨立上課教材費400元	2歲以上
A203	New 幼兒鍵盤團體班	0705-0823	1600	二	早11:00-12:00	Nico老師	包含歌唱、遊戲、美術及鍵盤之練習，音樂圖形、節奏音感、合奏等等，涵括多元性且完整的藝術內容；感官開發－啟發觀察力及提升專注力、開發創造力、想像力、音樂能力、語言能力。※僅收8位小班制教材費450元（自備鍵盤／電子琴或代購、自備彩色筆）	4歲以上
A204	幼兒繪畫黏土班	0707-0825	1300	四	早11:00-12:00	Momo老師	針對幼童所設計的課程，加強手眼協調及大小肌肉的能力，結合美術相關課程激發孩子創作潛能，幫助智力發展啟發創作能力，讓孩子從玩美勞過程中體會創作。教材費500元	2.5-6歲
A205	幼兒音樂潛能開發早班	0708-0826	1300	五	早10:00-10:50	蘋果老師	音樂、舞蹈、戲劇、文學、圖畫的全方位體驗，透過歌曲律動遊戲達到音感、節奏感、音樂欣賞、簡易樂器敲奏及肢體協調平衡等能力，為未來專業的音樂、舞蹈奠下良好基礎。樂器租借費350元	1.5-4歲
A206	New 幼兒和太鼓音樂	0708-0826	1400	五	早11:00-12:00		透過樂器敲擊培養專注力與節奏感，提升專注力及改善焦躁不安的情緒，並經由課程增進親子間共同學習的樂趣。※僅收10位樂器鼓棒租借費400元	2.5至5歲
A207	New 親子趣味手作黏土課	0706-0824	1300	三	早11:00-12:00	Momo老師	透過故事的啟發與圖像的觀察，讓小朋友將創意發揮在手作的黏土作品上，也藉由捏黏土的動作加強手眼協調及大小肌肉的能力。教材費800元	2-6歲
A208	New 幼兒捏捏無毒輕土捏塑A	0706-0824	1300	三	早11:00-12:00	貓頭鷹老師	幼兒無毒輕土捏塑－透過故事引導與捏塑的技巧，學會如何透過揉、壓、扭、擰、堆、接…各種黏土技法，加強並訓練孩子手部小肌肉發展，學習平面與立體捏塑的概念，培養藝術創意美學。教材費600元	2-6歲
A209	New 幼兒捏捏無毒輕土捏塑B	0708-0826	1300	五	早11:00-12:00			2-6歲
A210	New 幼兒專注力培養週六班	0709-0827	1300	六	午3:00-4:00	洪崴娟老師	運用遊戲、說故事、圖卡、數字等方式，啟動「優勢學習波」，藉由「大腦體操」強化專注力、提升視覺、聽覺、體覺專注力。教材費280元	3-6歲
A211	幼兒繪畫黏土週六班	0709-0827	1300	六	早11:30-12:30	Momo老師	針對幼童所設計的課程，加強手眼協調及大小肌肉的能力，結合美術相關課程激發孩子創作潛能，幫助智力發展啟發創作能力，讓孩子從玩美勞過程中體會創作。教材費500元	2.5-6歲
A212	幼兒和太鼓週六班-7堂	0709-0827	1225	六	早9:00-10:00	蘋果老師	透過樂器敲擊培養專注力與節奏感，提升專注力及改善焦躁不安的情緒，並經由課程增進親子間共同學習的樂趣。※僅收10位樂器鼓棒租借費350元＊7/30老師請假停課乙次	2.5至5歲
A213	幼兒音樂潛能開發A班-7堂	0709-0827	1138	六	早10:10-11:00		音樂、舞蹈、戲劇、文學、圖畫的全方位體驗，透過歌曲律動遊戲達到音感、節奏感、音樂欣賞、簡易樂器敲奏及肢體協調平衡等能力，為未來專業的音樂、舞蹈奠下良好基礎。樂器租借費300元＊7/30老師請假停課乙次	1-3歲
A214	幼兒音樂潛能開發B班-7堂	0709-0827	1138	六	早11:10-12:00			2.5-4歲
A222	New 兒童跆拳道律動	0704-0822	1400	一	午3:30-5:00	阿志老師	跆拳道的健體作用不言而喻。其動作中的各種踢腿、手臂的上格、下截、拉伸等動作，可使兒童的肌肉和力量得到增強，肌腱、韌帶、肌肉的彈性得以提高，從而增強體力和柔韌性。著輕便服裝，專業服裝自備或代購	國小學童
A223	New 兒童輕鬆學生活美語	0705-0823	1400	二	午2:00-3:30	Frederic	透過Fresh繪本美語教學法，觀察、提問、思考、生活連結，並結合簡單有趣的遊戲，讓小朋友在潛移默化的環境下，熟悉和使用生活美語，讓開口說英語不再是件有挑戰的難事。	國小學童
A224	New 兒童探索科學實驗遊戲課	0705-0823	1600	二	午2:30-3:30	甄甄老師	『科學原理』遇『科學概念』是透過觀察去觸摸科學的真理，透過遊戲及親手製作，讓小朋友輕鬆頓悟科學的奧秘。教材費500元	國小學童
A225	New 兒童腦力激盪瘋桌遊	0705-0823	1600	二	午3:30-4:30	甄甄老師	桌遊不只是好玩，從遊戲提升孩子腦力。訓練孩子專注理，觀察力；培養孩子邏輯數理智能。玩出未來力，規劃不插電遊戲。教材費400元	國小學童
A226	New 小小廚神點心DIY-7月(早)	0705-0726	1400 不折扣	三	早9:00-12:00	美菊老師	這個夏天在培養孩子興趣及技能的同時，也培養 孩子的同理心，鼓勵他們幫助其他人！烘焙過程中，食材的計量、分割等動作，可以訓練孩子們的小肌肉操作；餐點的裝飾、點綴則是一種生活美學的實踐。教材費600元	國小學童
A227	New 小小廚神點心DIY-8月(早)	0802-0823	1400 不折扣	三	早9:00-12:00			國小學童
A228	New 小小廚神點心DIY-7月(午)	0705-0826	1400 不折扣	三	午2:00-5:00			國小學童
A229	New 小小廚神點心DIY-8月(午)	0802-0823	1400 不折扣	三	午2:00-5:00			國小學童
A230	New 兒童創意氣球造型課	0803-0824	1000	三	早9:00-10:30	吻仔魚老師	一，基本結法：老鼠，奶油獅二，可愛動物：貓，熱帶魚三，帽子造型：皇冠，米老鼠帽四，創意組合：愛心，幸運棒。材料費:400元（打氣筒，氣球材料包）	國小學童
A231	New 兒童動感肚皮舞	0706-0824	1300	三	午4:00-5:00	Dora LI	肚皮舞是全身性的運動，課程增加部份律動能讓兒童發洩無限的精力，更能培育美麗的體態與姿勢，更重要的是小身軀跳肚皮舞真是太可愛了！！腰巾自備或代購	大班至小四
A232	New 兒童和太鼓音樂	0708-0826	1400	五	早11:00-12:00	蘋果老師	透過樂器敲擊培養專注力與節奏感，提升專注力及改善焦躁不安的情緒。※僅收10位樂器鼓棒租借費400元	大班以上
A233	New 兒童益智桌遊+積木	0708-0826	1400	五	午2:00-3:30	甄甄老師	桌遊跟積木不只是好玩，從遊戲提升孩子腦力。訓練孩子專注力，觀察力；培養孩子邏輯數理智能。玩出未來力，規劃不插電遊戲。教材費400元	國小學童
A234	New 兒童巧手藝起捏黏土A	0706-0824	1800	三	午1:30-3:00	貓頭鷹老師	豐富多元創作主題 讓您的孩子自由選擇 快樂玩創意讓孩子感受動手做黏土的樂趣，在創作中學習觀察事物並發揮創意，讓每個孩子都能是生活的魔法師與創意的設計師。 教材費800元	大班以上
A235	New 兒童巧手藝起捏黏土B	0708-0826	1800	五	午1:30-3:00			大班以上
A236	New 兒童創意思考&邏輯歸納	0709-0827	1400	六	午1:00-2:00	洪崴娟老師	讓小朋友無窮的想像力，培養隨時提出問題的好習慣，增進多元獨立思考、提昇問題解決能力，運用「思考力」從多種角度觀察事物，開拓視野與創意，讓知識變成力量。教材費280元	國小學童
A237	New 兒童心智繪圖記憶	0709-0827	1400	六	午2:00-3:00		【學習歸納整合】心智繪圖是一種學習工具，教孩子學習keyword閱讀輕鬆記憶，學會自己讀書抓重點、分類、整合、理解及增強理解力。教材費280元	國小學童
A238	兒童繪畫黏土週六班	0709-0827	1300	六	早10:30-11:30	Momo老師	快樂的美術學習環境，能造就出快樂的孩子，創作的過程都是孩子展現內心情感的表達方式，親愛的爸爸媽媽們何不藉著這美麗的藝術語言，跟孩子們快樂的對話。教材費400元	國小學童
A239	New 兒童哈韓MV週六班	0709-0903	1300	六	早11:00-11:50	Tina	學習目前流行MV動作組合，讓愛跳舞的小朋友可盡情發揮肢體運動，訓練基礎肢體語言，達到控制身體的協調性，並演導出小朋友的自信及大方的演出。本期曲目：GFRIEND/Glass Bead 自備乾淨球鞋至教室更換	國小學童
A240	流行烏克麗麗基礎班	0709-0827	1300	六	早11:00-12:00	燕子老師	烏克麗麗小巧輕便適合攜帶，外型酷似小吉他，讓孩子快速學習立即上手，自然享受自彈自唱的隨興。※大人小孩皆可參加 曲目：小手拉大手、小薇、望春風、聽媽媽的話等等教材費300元（樂器自備或代購）	國小學童
A241	New 兒童圍棋初級班	0709-0827	1300	六	早10:30-12:00	豆豆老師	訓練邏輯推理思考力、靈敏度、專注力、耐力、領導統御能力，並可應用至數理及日常事務，培養孩子未來的關鍵就趁現在。讓孩子在對弈中學習圍棋的精神，並培養品德與修養！教材費200元	大班以上
A242	兒童圍棋進階班	0709-0827	1300	六	早9:00-10:30			大班以上

兒童才藝學習系列

編號	班別名稱	日期	學費	星期	時間	指導教師	教學內容	年齡
A243	兒童珠心算-進階班	0707-0829	2600	一、四	晚7:00-8:30	幸娟老師	基礎心算、珠算訓練、教導正確快速的運算方式，並依程度個別教學。（自備算盤）教材費50元※一週上一次課程學費1800(8堂課)	大班以上
A244	New 兒童珠心算-基礎班	0706-0824	1800	三	晚7:00-8:30	淑娟老師	訓練頭腦，激發思考能力，增強背誦能力及數理概念，消除對繁雜數字的畏懼感，訓練手腦靈活及反應之靈敏，培養恆心和毅力，磨練專心寧靜的心性。（自備算盤）教材費50元	大班以上
A245	New 快樂學陶笛-初級	0705-0823	1300	二	晚7:00-8:00	Tiffany	透過有趣、循序漸進教學方式，使學員能夠更快上手，享受吹笛自在的樂趣，課程中會配合有趣的曲目增加學習樂趣。陶笛音色溫潤、小巧可愛的外型、方便攜帶是一項老少咸宜適合終身學習的樂器喔！快跟我們一起加入小小陶笛的奇幻世界。高音陶笛250元／中音陶笛380元	國小學童
A246	New 快樂學陶笛週六班-初級	0709-0827	1300	六	午4:00-5:00	Tiffany		
A247	New 兒童哈韓MV-A班	0629-0824	1300	三	晚6:00-6:50	Tina	學習目前流行MV動作組合，讓愛跳舞的小朋友可盡情發揮肢體運動，訓練基礎肢體語言，達到控制身體的協調性，並演導出小朋友的自信及大方的演出。本期曲目：GFRIEND/Glass Bead 自備乾淨球鞋至教室更換	中班以上
A248	兒童哈韓MV-B班	0708-0902	1300	五	晚6:00-6:50			中班以上
A249	兒童美勞繪畫班	0707-0825	2000	四	晚7:00-8:30	秀貞老師	基本繪畫、培養美學觀、實際繪畫、美勞創意設計、啟發及誘導孩童自發本能。※僅收8位小班制教材費200元（自備彩色筆及蠟筆）	小一至小三
A250	New 兒童肚皮舞律動班	0708-0826	1400	五	晚7:10-8:10	Christina	以伸展帶動身體的肌肉群，強化小朋友肌肉與骨骼能量，使骨質強壯。在音樂中融入肚皮舞技巧動作，骨盆、腹部、臀部、手、腳等身體的律動，愉快的學習，輕鬆地培養小朋友的自信與快樂的學習。※僅收10位小班制 腰巾自備或代購	大班以上
A251	New 兒童探索科學實驗遊戲	0708-0826	1500 不折扣	五	晚6:30-7:30	葉子老師	『科學原理』遇『科學概念』是透過觀察去觸摸科學的真理，透過遊戲及親手製作，讓小朋友輕鬆頓悟科學的奧秘。材料費500元	中班以上
A252	New 兒童益智桌遊	0708-0826	1500 不折扣	五	晚7:30-8:30		桌遊重視人與人面對面的溝通，對於增強語言表達能力和溝通水準有相當的促進，而策略類桌面遊戲對於考慮問題的策略性和全面性都會有很好的鍛鍊。教材費400元	中班至國小

幼兒才藝學習系列

編號	班別名稱	日期	學費	星期	時間	指導教師	教學內容	年齡
A215	New 幼兒歡樂打擊班	0704-0822	1300	一	晚6:00-6:50	蘋果老師	音樂、舞蹈、戲劇、文學、圖畫的全方位體驗，透過歌曲律動遊戲達到音感、節奏感、音樂欣賞、簡易樂器敲奏及肢體協調平衡等能力，為未來專業的音樂、舞蹈奠下良好基礎。樂器租借費350元	1.5至4歲
A216	Magic魔法創意數學	0705-0823	1800	二	晚6:40-7:30	巧克力老師	透過故事與活潑有趣的魔法遊戲引導，建構幼兒完整理解力及解決能力。（請具備認識數字1-5能力）教材費300元	足4至5歲
A217	幼兒音樂響叮噹	0706-0824	1300	三	午4:00-4:50	蘋果老師	多元化的學習，讓寶貝在音樂遊戲中快樂的學習、並啟發音感與節奏感，透過肢體語言及培養幼兒的敏銳度、判斷力，更能聽辯各種樂器的聲音，配合歌曲及樂器敲奏啟發基礎的肢體發展，更透過團體的互動，提升注意力與集中力。樂器租借費350元	1.5-5歲
A218	幼兒和太鼓音樂	0706-0824	1400	三	晚5:30-6:30		透過樂器敲擊培養專注力與節奏感，提升專注力及改善焦躁不安的情緒，並經由課程增進親子間共同學習的樂趣。※僅收10位樂器鼓棒租借費400元	2.5至5歲
A219	New 幼兒鍵盤團體班	0707-0825	1600	四	晚5:00-6:00	Nico老師	包含歌唱、遊戲、美術及鍵盤之練習，音樂圖形、節奏音感、合奏等等，涵括多元性且完整的藝術內容；感官開發－啟發觀察力及提升專注力、開發創造力、想像力、音樂能力、語言能力。※僅收8位小班制教材費200元（自備鍵盤／電子琴或代購、自備彩色筆）	4歲以上
A220	幼兒繪畫黏土B班	0708-0826	1300	五	晚7:30-8:30	Momo老師	針對幼童所設計的課程，加強手眼協調及大小肌肉的能力，結合美術相關課程激發孩子創作潛能，幫助智力發展啟發創作能力，讓孩子從玩美勞過程中體會創作。教材費500元	2.5至6歲
A221	幼兒"跆拳"律動遊戲	0708-0826	1300	五	晚6:00-7:00	阿志老師	透過跆拳體適能課程的設計，以活潑有趣的方式進行互動式教學，小朋友不僅可強健體魄，促進骨骼生長發育，培養自信、自我保護防身；在體能遊戲方面，更可促使小朋友在柔軟度、平衡性、協調性、敏捷性、巧緻性、彈力和增強肺活量等各項能力提升。著輕便服裝，專業服裝自備或代購	3至6歲

國民經濟運動專區

本系列為優惠班不折扣，持終身卡即可報名

代號	班別	日期	學費 6/23前	學費 6/24後	每星期	時間	指導老師	教學內容
K201	New 動力瑜珈	0704-0822	799	899	一	午12:15-13:15	李翠雲	
K202	New 瘦身瑜珈	0704-0822	799	899	一	早9:00-10:00	林霈蓁	
K203	New 晨間瑜珈	0705-0823	799	899	二	早9:00-10:00	林霈蓁	
K204	New 基礎有氧	0704-0822	799	899	一	早10:10-11:00	林霈蓁	
K205	New 晨間有氧	0705-0823	799	899	二	早10:10-11:00	林霈蓁	
K206	New 早晨通通有綜合運動（有氧+瑜珈）A	0704-0822	799	899	一	早11:10-12:00	林霈蓁	
K214	New 佩奧特珠寶編織	0708-0826	1599	1699	五	晚7:00-9:00	黃芝瑋	這是一門簡單編織完成的串珠課程，透過手創美學不需要勾針也不需要棒針，只用針線就能輕易編織出相同質感的佩奧特編織串珠作品，有著緊實的編排與美麗的圖案，令人愛不釋手。※材料費1200元
K215	New 韓式編髮造型-4堂	0705-0726	899	999	二	晚7:00-9:00	Amy	運用變化式的主題，如時尚名媛、蜜糖甜心、靚女搖滾…等，來塑造屬於自己的髮型編髮、電棒的，及創造屬於自己的百變髮型。自備個人彩妝、美髮用品
K216	New 魔法美睫創業入門-4堂	0802-0823	899	999	二	晚7:00-9:00	Amy	一對平凡無奇的睫毛，變身靈氣活現的模樣，必須從基礎技術學起，首先要了解1. 植睫毛的工具2. 眼型及睫毛介紹3. 紙上練習4. 假人頭練習5. 3D. 4D嫁接技巧操作6. 卸除與補接技巧操作7. 真人操作8. 成果發表。材料費1600元或自備

代號	班別	日期	學費 6/23前	學費 6/24後	每星期	時間	指導老師	備註
K207	New 早晨通通有綜合運動（有氧+瑜珈）B	0705-0823	799	899	二	早11:10-12:00	林霈蓁	四、肚皮舞課程：請自備腰巾。 三、瑜珈課程：請自備瑜珈墊或代購。 二、有氧課程：請自備乾淨球鞋到教室更換。 一、基本配備：著輕便服裝、礦泉水、毛巾。
K208	New 健康動瑜珈	0707-0825	799	899	四	午12:15-13:15	李翠雲	
K209	New 飆汗有氧	0629-0824	799	899	三	午2:30-3:20	Tina	
K210	New 纖姿體雕肚皮舞基礎	0707-0825	799	899	四	午2:30-3:20	Dora LI	
K211	New 午間綜合運動(有氧+瑜珈)	0706-0824	799	899	三	午5:00-6:00	李翠雲	
K212	New 肌力Yoga	0706-0824	799	899	三	晚6:00-7:00	Simmy	
K213	New 早安拳擊有氧	0707-0901	799	899	四	早11:00-11:50	Tina	

日光系列

本系列為優惠班不折扣，持終身卡即可報名

代號	班別	日期	學費 6/23前	學費 6/24後	每星期	時間	指導老師
B201	皮拉提斯瑜珈	0705-0823	900	1000	二	午2:00-2:50	簡榆珍
B202	熱瑜珈	0708-0826	900	1000	五	午2:30-3:20	李翠雲
B203	New 陳氏太極	0704-0822	1350	1450	一	早10:00-11:30	許佳瑞
B204	午間熱力瑜珈	0704-0822	900	1000	一	午4:30-5:30	李翠雲
B205	早晨元氣瑜珈	0705-0823	900	1000	二	早9:00-10:00	
B206	舒壓瑜珈	0705-0823	900	1000	二	早10:10-11:10	
B207	曲線瑜珈	0707-0825	900	1000	四	早9:00-10:00	
B208	基礎瑜珈	0708-0826	900	1000	五	早10:00-11:00	李翠雲
B209	早安有氧	0707-0825	900	1000	四	早10:00-10:50	Tina

代號	班別	日期	學費 6/23前	學費 6/24後	每星期	時間	指導老師	備註
B210	運動塑身肚皮舞-基礎班	0706-0824	1350	1450	三	早9:30-11:00	喵喵(Bella)	四、肚皮舞課程：請自備腰巾。 三、瑜珈課程：請自備瑜珈墊或代購。 二、有氧課程：請自備乾淨球鞋到教室更換。 一、基本配備：著輕便服裝、礦泉水、毛巾。
B211	拉丁有氧韻律單人舞A	0706-0824	1350	1450	三	早9:30-11:00	蜜雪兒	
B212	拉丁有氧韻律單人舞B	0706-0824	1350	1450	三	午2:00-3:30		
B213	魔體塑身肚皮舞	0707-0825	1350	1450	四	早10:10-11:40	Cindy	
B214	熱力有氧	0708-0826	900	1000	五	早9:00-9:50	李翠雲	
B215	流動瑜珈週六班	0709-0827	1100	1200	六	早9:00-10:00	李翠雲	
B216	活力有氧週六班	0709-0903	1100	1200	六	早10:10-11:00	Tina	
B217	皮拉提斯瑜珈週六班	0709-0827	1100	1200	六	晚6:30-7:30	Mandy	

健康運動學院

瑜珈系列

請自備瑜珈墊或代購。

代號	班別	日期	學費	每星期	時間	指導老師	強度（參考）
B218	Power Yoga	0705-0823	1300	二	晚6:30-7:30	Mandy	★★★☆☆
B219	New 活力均衡瑜珈	0705-0823	1300	二	晚7:40-8:40	Mandy	★★★☆☆
B220	綜合運動（有氧+瑜珈）	0705-0823	1300	二	晚6:00-6:50	李翠雲	★★★☆☆
B221	基礎瑜珈	0704-0822	1300	一	晚8:00-9:00	李翠雲	★★★☆☆
B222	熱力瑜珈	0705-0823	1300	二	晚8:00-9:00	李翠雲	★★★☆☆
B223	流動瑜珈	0706-0824	1300	三	晚7:20-8:20	李翠雲	★★★☆☆
B224	New 纖體瑜珈	0707-0825	1300	四	晚7:30-8:30	林亞霓	★★★★☆
B225	紓壓瑜珈	0708-0826	1300	五	晚8:00-9:00	李翠雲	★★★☆☆

有氧系列

請自備乾淨球鞋到教室更換。

代號	班別	日期	學費	每星期	時間	指導老師	強度（參考）
B226	舞動有氧	0704-0822	1300	一	晚7:00-7:50	李翠雲	★★★☆☆
B227	熱力有氧	0705-0823	1300	二	晚7:00-7:50	李翠雲	★★★☆☆
B228	魅力曲線有氧	0706-0824	1300	三	晚6:20-7:10	李翠雲	★★★☆☆
B229	拳擊有氧	0706-0824	1300	三	晚7:00-7:50	Tina	★★★★☆
B230	拳擊有氧進階班	0707-0901	1300	四	晚6:40-7:30	Tina	★★★★★
B231	麻辣有氧	0714-0901	1300	四	晚7:40-8:30	Queen	★★★★☆
B232	活力有氧	0708-0902	1300	五	晚7:00-7:50	Tina	★★★★☆

運動系列

代號	班別	日期	學費	每星期	時間	指導老師	教學內容
B233	魔體塑身肚皮舞	0704-0822	1800	一	晚7:00-8:30	Cindy	肚皮舞最大的特色是以腹腰為中心，身體肌肉能分成不同區塊獨立運作並組合，形成特殊柔美的律動線條。
B234	MV舞蹈	0629-0824	1300	三	晚8:00-8:50	Tina	想跟韓國偶像團體一樣動感嗎？想跟明星們一樣苗條纖細嗎？快來參加我們開的韓風MV課，包準你上完後可以像他們一樣這麼有動感及充滿自信及美麗!!曲目：Stellar/Insomnia 自備乾淨球鞋至教室更換
B235	韓風Dance Mv	0707-0825	1300	四	晚6:30-7:20	林亞霓	從基礎教起，隨著音樂的節奏讓你展現最亮眼的自已。專業老師為您分解舞曲的動作，讓你和偶像一樣酷。曲目：4MINUTE/Hate 自備乾淨球鞋至教室更換
B236	New 成人跆拳道防身班	0708-0826	1500	五	晚7:00-8:00	葉彥志	訓練突破了傳統健身方法，將跆拳道的趣味性融合在體適能鍛鍊中，以跆拳道和體力運動為基礎，還包括防身術、武術等，致力于讓學員強身健體、減肥塑身和自我保護等多方面都可以獲益，取得最實惠的學習效果。著輕便服裝，專業服裝自備或代購
B237	New 陳氏太極週六班	0709-0827	1800	六	午2:00-3:30	許佳瑞	『陳氏太極拳』基礎24式教學，暖身功法、套路教學（分解動作、個別學員修正指導），提升身體柔韌度、肌力與肌耐力，有消除壓力、穩定情緒之功效。※僅收15人
B238	New 爵士熱舞週六班	0709-0827	1300	六	午2:30-3:20	林亞霓	結合爵士與街舞的融合風舞感，達到塑身效果的同時也學會一首完整的舞蹈！是愛跳舞的您不可錯過習課程！自備乾淨球鞋至教室更換
B239	New 熱門舞蹈MV週六班	0709-0903	1138	六	早11:00-11:50	Tina	老師為您分解整首MV的動作，一拍一拍、一個動作一個動作教，學的既輕鬆、快樂又有趣，讓你和心中的偶像一樣酷本期曲目：Rainbow - Whoo 自備乾淨球鞋至教室更換
B240	形意五行拳週六班	0709-0827	1300	六	晚6:30-7:30	嚴俊麟	拳術動作簡捷易學實用，結合中醫養生功法，練習日久可達強筋壯骨，更有健身防身等功用。自備乾淨球鞋至教室更換

文創藝能學院

類別	代號	班別	日期	學費	每星期	時間	指導老師	教學內容	備註
美術音樂系列	C201	New 輕鬆學吉他-初級A	0705-0823	1300	二	晚7:00-8:00	鄭竣升	本課程採電腦輔助教學，藉由吉他愉快的學習到多樣的演奏技巧及和絃的知識。 以歌曲的伴奏為基本，搭配和絃的基本伴奏並完全應用， 充分發揮吉他的音色魅力。 樂器自備或代購	
	C202	New 輕鬆學吉他-初級B	0705-0823	1300	二	晚8:00-9:00	鄭竣升		
	C203	New 輕鬆學吉他週六班	0709-0827	1300	六	午2:00-3:00	鄭竣升		
	C204	New 快樂學陶笛-初級	0705-0823	1300	二	晚7:00-8:00	Tiffany	透過有趣、循序漸進教學方式，使學員能夠更快上手，享受吹笛自在的樂趣，課程中會配合有趣的曲目增加學習樂趣。陶笛音色溫潤、小巧可愛的外型、方便攜帶是一項老少咸宜適合終身學習的樂器喔！快跟我們一起加入小小陶笛的奇幻世界。高音陶笛250元／中音陶笛380元	
	C205	New 快樂學陶笛週六班-初級	0709-0827	1300	六	午4:00-5:00	Tiffany		
	C206	成人電子琴A班	0704-0822	1600	一	晚7:00-8:00	燕子老師	輕鬆利用電子琴彈奏流行歌曲、民歌、老歌，玩弄黑白鍵於股掌之間，將4拍慢搖滾節奏及3拍華爾滋節奏快樂學習。（適合小學五年級以上至成人） 教材費300元 樂器自備或代購	
	C207	成人電子琴週六班	0709-0827	1600	六	早10:00-11:00	燕子老師		
	C208	流行烏克麗麗週六班	0709-0827	1300	六	早11:00-12:00	燕子老師	烏克麗麗小巧輕便適合攜帶，外型酷似小吉他，讓你快速學習立即上手，自然享受自彈自唱的隨興。※大人小孩皆可參加 教材費300元（樂器自備或代購）曲目：小手拉大手、小薇、望春風、聽媽媽的話等等	
	C209	古箏琴韻基礎A班	0709-0827	1800	六	午2:30-4:00	許月瑄	基本指法說明，彈奏方式，循序漸進，輔導檢定樂曲考級，有目標學習才能自我肯定。流行樂曲彈奏，因應社會潮流樂曲多元學習。※僅收6位小班制 授課教師提供樂器	
	C210	古箏琴韻基礎B班-7堂	0709-0827	不折扣	六	午4:00-5:30	許月瑄		
	C211	New 頭腦放輕鬆-禪繞畫藝術初級	0708-0826	1800	五	晚6:30-8:30	林驗城	只要願意拿起筆，一定可以學會禪繞畫，創造美麗的圖案！ 禪繞畫是一種容易上手的藝術型式，藉由創作禪繞畫的過程，不僅激發學員潛在的藝術能量，更重要的是，學習擁抱美－－我們自具的美，週遭世界的美；同時間，也擁抱自己的不完美。 鼓勵學員試著看出筆下歪扭線條的美感，找到方法接受自己的作品，也接受真正的自己。 ※材料費250元	
	C212	New 輕鬆上手Q版人像畫-素描粉彩週六班	0709-0827	1800	六	午1:30-3:30	林驗城	只要簡單的兩三筆，就能畫出有趣的漫畫，漫畫總是可以把事物描述的十分生動，學習課程後，你也可以把腦海中飛馬行空的想法，用漫畫的方式，實現在畫紙上，能夠畫出一張張具個人特色Q版人像漫畫或單格、多格漫畫創作，或是進一步手繪在網帽上，藉由老師的創作經驗，邀您進入充滿想像力的漫畫世界。※材料費500元	
生活藝能系列	C213	New 夏日生活花藝	0704-0822	1800	一	晚7:00-9:00	林淑珠	在邁入夏季時分，因天氣炎熱，鮮花的花期較短，本期課程將對於喜愛花藝人士設計較持久及清涼花藝作品，或植栽與鮮花搭配創意設計及居家清涼小品創作、花材選配技巧、配色原理解說、花器搭配選擇技巧解說、示範插法技巧解說及學員實作。材料費1800元	
	C214	New 夏日生活花藝	0706-0824	1800	三	早10:00-12:00	林淑珠		
	C215	New 魔法美睫進階-2人成班	任選二天	6000 不折扣	依個人需求安排 二天8小時		Amy	一對平凡無奇的睫毛，變身靈氣活現的模樣，必須從基礎技術學起，首先要了解1. 植睫毛的工具2. 眼型及睫毛介紹3. 紙上練習4. 假人頭練習5. 3D. 4D嫁接技巧操作6. 卸除與補接技巧操作7. 真人操作8. 成果發表。材料費1600元或自備	瑞士CIDESCO國際美容師證照、英國C&G媒體化妝師
	C216	New 美容師丙級密集證照班	0705-0823	7500 不折扣	二	早9:00-16:00	Amy	課程從基礎教起、由淺入深、循序漸進。丙級術科：一、專業護膚。二、彩妝（一般妝及宴會妝流程講解示範）三、衛生技能；學術科題庫講解與分析。最專業課程，最新考場模式、考前模擬考，附授課資料、必須做筆記、考試工具自備不推銷商品，證照班授課較嚴格請學生務必依照規定，請勿缺課缺考!!※課程共計48小時，適二度就業轉業、無基礎可 共同分擔材料費1200元	
	C217	超夯手工皂&保養品DIY-早	0707-0825	1800	四	早10:00-12:00	楊塵	1. mp捲捲皂+甜甜圈皂2. 羊毛氈皂3. 洗米水去角質迴旋皂+蠶絲蛋白化妝水4. 大花渲染豆漿皂5. 紫草修護漸層皂+紫草膏6. 白麝香滋養水滴皂+體香膏7. 漂亮寶貝髮絲渲+010保濕乳液8. 七彩沐浴鹽+白帥帥洗衣粉共10塊皂+6個成品材料費2000	
	C218	超夯手工皂&保養品DIY-晚	0707-0825	1800	四	晚6:30-8:30	楊塵		
	C219	手工藝術編織	0706-0824	2700	三	晚6:30-9:30	李美玲	鉤針編織、棒針編織，編出流行實用的衣物，並有簡易製圖教學。材料自備或代購	

語文教育學院

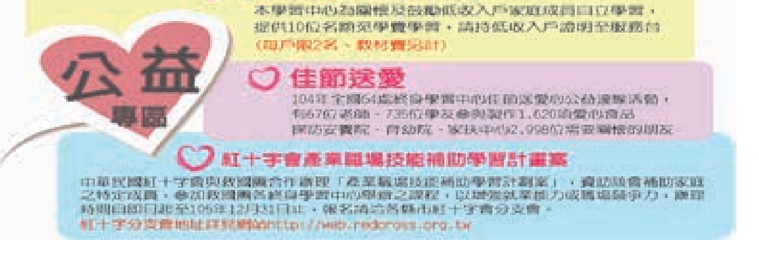
類別	代號	班別	日期	學費	每星期	時間	指導老師	教學內容	備註
美語系列	D201	Fred 看漫畫輕鬆學單字五期	0705-0830	1800	二	早10:00-11:30	Frederic	以系統化的方式，透過創新的拆字法則，以及漫畫的呈現，並結合字塊發音，會念、會拚就會背，讓您有效率的提升單字學習和單字記憶，但單字不再是件無聊事。教材費250元	
	D202	Fresh 英語文法輕鬆學五期-7堂	0716-0827	3150	六	早9:00-12:00		還在後悔以前英語文法沒學好，覺得文法重要想重新開始，但又有點害怕嗎？ 本課程將以顛覆你對文法課程的畏懼，以活潑的互動方式，讓你重建立良好的文法基礎，並且讓你敢開口說英語！教材費250元	
	D203	New 美語自然發音基礎班-7堂	0716-0827	1050	六	午2:00-3:00		你還在苦惱以前英文沒學好嗎？不用擔心，此課程透過基礎閱讀與書寫練習，為你打好單字句型文法時態與發音基礎，重拾英文的自信與興趣。教材費250元	
	D204	New Fresh 英檢初級句型-7堂	0716-0827	1575	六	午3:00-4:30		藉由生動有趣的漫畫介紹文法句型，透過圖像輔助來記憶相關句型，不僅能讓句型變得有趣且容易記住，學習者透過教材所提供不同題型的題組練習來達到精熟句型的效益，提供的短篇閱讀，透過閱讀辨識已學過的句型，充分應用所學，奠定深厚英檢初級閱讀與文法句型活用。教材費250元	
韓語系列	D205	韓語初級班一級	0706-0824	2400	三	晚7:00-9:00	陳佩君	以有趣輕鬆的方式學習韓文發音（包含母音、子音、字的構造……等）及簡易的日常生活對話、基本文法並了解韓國特有的風格與文化。教材費200元	教師曾於韓國梨花女子大學、韓國首爾大學語言學堂修語言課程。
	D206	New 韓語發音基礎班	0705-0823	2400	二	午1:00-3:00			
	D207	韓語初級班七級	0705-0823	2400	二	晚7:00-9:00			
日語系列	D210	日語初級B班	0704-0822	2000	一	晚7:00-9:00	馬世明	大家的日本語初級I改訂版第1-3課，文法由淺入深。	
	D211	New 旅遊日語會話班	0706-0824	2000	三	晚7:00-9:00		具備日語五十音能力即可，適合停留日本數日人士習得最基本對話。教材費140元	
	D212	New 輕鬆聽日語	0707-0825	2000	四	晚7:00-9:00		日語聽力加強班，適合N5~N3學習者。教材影印費300元	
	D213	New 日語五十音基礎假日班	0709-0827	2000	六	午2:00-4:00		採用救國團部編教材搭配日籍人士發音設備學習日文平假名、片假名。教材費266元	
	D214	日語初級A班	0708-0826	1800	五	晚7:00-9:00		大家的日本語初級II第15-18課，文法由淺入深。	
	D215	日語進階班	0709-0827	1800	六	午2:00-4:00		介紹豐富的日語口語表現及文化小常識，適合N3~N1學習者。教材費400元	

• 轉班 以一次為限，請於原報名班別開課後一週內持收據辦理，多退少補，開課兩週後，不受理轉班。

• 退費
1. 退費時請持收據辦理依『南投縣短期補習班自治條例：
(1)開課前辦理，退還學費9成。(2)開課日兩週內辦理，退還學費5成。
(3)開課日兩週後，不予退還。(4)新學友100元報名費恕不退還。
2. 未達人數之班別，由本中心通知，請於期限內辦理轉班或退費。

• 注意事項
1. 報名後請依簡章日期前來上課，本中心不另行通知。
2. 上課教室以開課日公告為主，敬請留意。
3. 各課程學費不含教材費、講義費。
4. 本中心謝絕試聽、試上及攜帶孩童及寵物進課堂教室，以維護其他學友上課權益。

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！
快樂分享・憂愁分擔
「張老師」基金會關心您！


救國團終身學習中心
公益專區
低收入戶助學專案
佳節送愛
紅十字會產業職場技能補助學習計畫