



台北東門基督長老教會  
東門樂齡 2023 秋季班



✧ 課程簡介

班別	時間	課程內容	師資	費用
插花班 (小原流)	週一下午 13:30~15:30	藉著學習插花藝術，不僅提升對美麗事物的感知，也讓生活變得多彩多姿，促使精神愉悅、增加生活情趣。	莊黃芳美老師	材料費 \$400 起/次 學員自付
烘焙烹飪	週二下午 13:30~15:30	透過親手 DIY 製作點心，彼此互相幫忙一起完成作品，再次被肯定與獲得成就感而恢復生活自信心。	周麗秋老師	\$200/次 學員自付
體適能 健康操	週四下午 13:30~15:30	透過簡單的身體律動，增加肌力、促進血液循環並延緩退化，透過專業老師的教學，達到運動的效能。	許曉萍老師 王雅諄老師	課程免費 歡迎奉獻

✧ 教師簡介 (依課程順序)

插花班	莊黃芳美老師	銘傳商專課外活動指導插花、中國商銀國外部總行指導插花課中華插花協會理事、國際花友會理事、小原流台北支部支部長
烘焙烹飪	周麗秋老師	中華民國職業工會烘焙證照教師、法務部矯正署基隆看守所傳統小吃及烘焙教師、基隆汐止救國團專任烘焙教師
體適能健康操	徐曉萍老師	擁有 1. 護理師證書。2. 國民體適能指導員證書(中級)。3. 107 年體育署運動指導員培訓課程。4. 衛生福利部國民健康署指導員結訓證書(運動保健師)。現任「加貝康」體適能運動指導老師。
	王雅諄老師	中華民國健身協會健走指導員、健身 C 級教練、樂齡指導員、體育署體適能中級指導員、AFFA 美國體適能協會有氧指導員、AFFA 美國體適能協會個人教練、iENERGY 學院師資初級飛輪教練、UA training 課程教練

## 2023 秋季班課程表

上課日期：2023 年 9 月 5 日~12 月 21 日

時間	上午	中午	下午
星期一			插花班(額滿) 13:30-15:30
星期二			烘焙烹飪 13:30-15:30
星期四			體適能健康操 13:30-15:30



# 東門樂齡

# 秋季班報名單

✧ 上課時間：2023 年 9 月 5 日～12 月 21 日

✧ 上課地點：台北市仁愛路二段 76 號(東門教會)

✧ 課程免費！歡迎奉獻！部分課程酌收材料費

✧ 報名請洽台北東門教會 電話：02-2351-3589

舊學員    新學員    新學員介紹人：\_\_\_\_\_

姓名：	電話：	出生年月日：		
	手機：	身分證字號：		
地址（郵遞區號_____）				
宗教信仰	<input type="checkbox"/> 基督教，隸屬_____教會 <input type="checkbox"/> 佛教 <input type="checkbox"/> 其他信仰_____ <input type="checkbox"/> 無			
選修科目 (可複選)	時 間	上 午	中 午	下 午
	星期一 13:30-15:30			<input type="checkbox"/> 插花班(額滿) 材料費\$400 起/次
	星期二 13:30-15:30			<input type="checkbox"/> 烘焙烹飪 (9/5~開始上課) 費用\$200/次
	星期四 13:30-15:30			<input type="checkbox"/> 體適能健康操 (7/13~開始上課) 歡迎奉獻

即日起開始報名，至額滿為止

