



台北東門基督長老教會  
東門樂齡 2023 春季班



✧ 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。	愛麗絲老師 游志倫老師	課程免費

✧ 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	愛麗絲老師	AFFA 美國體適能協會有氧教練、體育署體適能中級指導員、加貝康健康管理指導教練
	游志倫老師	台灣全適能運動健身協會樂齡族功能性體適能運動健身教練、悅康健康管理指導教練

## 2023 春季班課程表

上課日期：2023 年 3 月 7 日~6 月 20 日

時間	上午	中午	下午
星期一			插花班 (額滿) 13:30-15:30
星期二	東門學苑 9:20-12:00	共餐	烘焙烹飪 13:30-15:30
星期四	東門學苑 9:20-12:00	共餐	體適能健康操 13:30-15:30

# 東門樂齡

# 春季班報名單

✧ 上課時間：2023年3月7日～6月20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：2351-3589

舊學員     新學員    新學員介紹人：\_\_\_\_\_

姓名：	電話： 手機：	出生年月日：	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"/> 共餐 12:00-13:00	<input type="checkbox"/> 烘焙烹飪 費用\$200/次
	星期四 13:30-15:30		<input type="checkbox"/> 共餐 12:00-13:00	<input type="checkbox"/> 體適能健康操 免費

即日起開始報名，至額滿為止

