學習有活力 生活更充盈
健康講座 兒童成長 語文教學 交通駕駛 工商管理
facebook @fushingedm
...以思想成人 開拓視野 ...一字重新認識世界！

復興 5~6月 精選章

中國青年救國團
臺中市屬機構專業員會
附設台中市私立復興語文技藝短期補習班
中市教社字第103001556號

研習日期 107年5月6日至107年7月2日，共八週
兴停號召期:當午都6/13(一)
用學習 儲存生活的美好 107-3 期

幸福的地 復興終身學習中心
台中市南區復興路一段270號4樓(三洋大廈)
電話：04-2260-2921
上午8時30分至晚上9時 週一至週六
tcctc.cyc.org.tw

國民平價經濟課程專區

代碼	課程	星期	上課時間	報名時間表
E4403	三才生肖姓名學班	一	18:30-20:00	1300
E4316	手作 創 意 盆 栽 班	五	10:00-12:00	800
E4802	義式咖啡機拉花基礎	一	13:30-16:00	2300
E4704	幸福手作烘焙班	五	19:00-21:00	1500

老愛學習-活力九九」專區

代碼	課程	星期	上課時間	報名時間表
E4614	雙 手 養 身 藥 膳 健 康 茶 飲 班	三	14:00-16:00	2000
E4107	國 畫 山 水 一	一	14:00-16:00	1800

凡年滿60歲(含)以上報名者，上列課程一律享有65折優惠價格

日光課程

上列課程一律優惠價格，不再折扣！

代碼	課程	星期	上課時間	報名時間表
E4200	小提琴英文班	六	16:30-17:30	2300
E4317	手作創意盆栽	六	10:00-12:00	800
E4320	手工皂&保養品製作	三	09:30-11:30	1300
E2109	基礎多益英文活用班	三	09:30-12:00	2600

為全國第10名 為全國第10名 為全國第10名

本簡章所列之學費均不含材料及教材（書籍）費用，材料費分可自行至市面上採購，或由班次部長帶領前往參觀採購，教材（書籍）部分則請自行準備，部長帶領上所列之學費及材料費均為單一班次費用。

強力徵求

名額好找 師資難找

歡迎有教學熱忱，教學經驗的老師們加入各類課程的行列
意者請寫電郵至
s141201@cyc.tw 黃小姐收

母親節特賣

體驗課強力大放送，報名即贈送 107 元抵價券

代碼	課程	日期	星期	時間	費用	材料費
E4316-1	圓藝好好玩（多肉打張器）	5/4	五	10:00-12:00	299	210
E4301	母親節鮮花胸針	5/5	六	09:30-12:00	400	500
E4851	塔羅好好玩	5/4	五	20:10-21:40	150	
E1605	親子創意蛋糕、母果捲	5/9	三	18:30-20:30	400	400

母親節特賣

107 年暑假夏令營開始報名囉！！

日期	天數	學費	5/31 日前早鳥優惠	6/15 日前優惠
7/2-7/27	20	14000	13000	12500
7/30-8/24	20	14000	13000	12500

現場報名優惠表

	4/27(五)後報名	4/28(六)後報名
新學期報名(2020/09 兩週後費用)	95折	8折無折扣
舊學期報名	9折	85折
個人時間報課(部分開課)	85折	9折

EDM 表現專區 歡迎來信索取電子簡章

fushingedm@gmail.com

簡章與優惠訊息將用期寄到您的電子信箱

網路報名優惠訊

※107-3期開課上名表（不約期期開外）：107年4月25日前報名5折優惠；107年4月26日報名9折優惠（報名後請於24小時內付款）。
※繳費方式：請於報名隔天23:59前至ATM轉帳。
※報名網站：www.cycccs.org.tw登錄網頁【校園團學班ID】
※進階繳費請電洽報名中心處理。
※ 滿6歲以上學員，憑證享8折優惠。
※ 憑學生證報名享8折優惠。
※ 以上優惠辦法不適用線上報名及不約期期間（電腦、鋼琴、吉他、小提琴、國畫、單元及紙藝加計學費即不約期）。日期不得合併使用。
※ 簡章若有錯誤或遺漏公告為主！

健康運動學院

組別	代碼	課程名稱	星期	上課時間	學費	起迄日期	授課教師	教學內容	備註
美體瑜珈系列	E1101	心靈瑜珈	二四	08:30-09:50	2200	5/8-6/28	莊玲娥	著重呼吸、學習釋定意識力集中在伸展的部位達到極度的放鬆，進而提升自體覺察力。體會簡單即是幸福。	請自備長髮方毛巾、大浴巾或瑜珈墊、長方巾及環保杯
	E1106	心靈瑜珈-進階	二四	09:50-11:10					
	E1116	曲線腰腹瑜珈-本期7周	六	09:50-11:10	1400	5/26-7/7	李秋靜	在清脆的鐘聲引導下，用呼吸傳導心理的自我修復的體認，溫和的調練身體的痛苦。我們一起把生活中的優秀、魔力、繁雜放下，透過簡單的吸氣與吐氣的修習，幫助自己更輕鬆的享受身體，安定自己的精神，強化自身的免疫系統！不只讓身體健康，更讓我的心也變得柔軟！請自備瑜珈墊或大浴巾及瓦瓦巾。**無基礎者可，男女均收。**	
	E1105	塑身瑜珈-本期7周	六	19:00-20:20		5/19-6/30	劉容君(Lily)	課程中穩由靜坐、呼吸、體位法等，在緊張與放鬆間取得平衡。除了體型身形，亦能安定情緒釋放壓力、促進血液循環以利新陳代謝，增強免疫力並提身心靈的完美淨化。	
	E1106	呼吸舒緩瑜珈	三	08:40-10:00	1700	5/9-6/27	游玫瑛	呼吸是維持生命的基本動作，但在日常生活中，容易因煩惱、壓力的影響，造成呼吸粗淺沉滯，而使身體的肌肉變得緊繃疼痛，緊繃會如何影響中枢神經，冷靜放鬆時，呼吸則是深沉、平緩的，再配合舒緩的瑜珈動作，身心自然可得放鬆、優化、促進指日恢復。	
	E1108	瑜珈舒緩伸展療法	三五	10:00-11:20		5/9-6/29			
	E1110	哈達瑜珈	二五	15:00-16:20	2000	5/7-7/2	鄭燕玉	每個人多少都會的不良的姿勢體，使得骨骼產生歪斜的情形，此時可以運用舒緩的瑜珈伸展動作，改善歪斜的情形及身體不在的狀況，增加身體的韌力。	
	E1111	哈達瑜珈	二四	15:00-16:20		5/8-6/28			
	E1112	身心靈經絡能量瑜珈	三	18:30-19:50	2200	5/7-7/2	胡秀泰	一、美容、發身。二、改善不良體質。三、預防更年期降臨。四、改善體質脂肪、調身體質狀況。五、預防疾病。**無基礎可。請自備大浴巾或瑜珈墊及環保杯。【6/18 停課】**	
	E1113	身心靈經絡能量瑜珈	三	20:00-21:20					
	E1114	人體經絡瑜珈	五	18:30-20:00	1700	5/11-6/29	莊玲娥	協助新陳代謝功能，提升體力、耐力、免疫力。藉由瑜珈強度伸展運動，使身體由以及提高生活品質。請自備小毛巾、大浴巾或瑜珈墊及環保杯。**【無基礎可】【6/18 停課】**	
	E1115	心靈瑜珈-進階	二四	18:30-19:50	2200	5/8-6/28	楊國惠	藉由Asana體位法潤化修脾肌肉由線，拉伸筋骨者柔，調練全身肌肉及核心群肌肉增強韌練，促進全身血液、淋巴循環，循序漸進，舒緩放鬆疲憊思緒及釋放壓力，促使身心舒暢，靜體平衡。請自備長方毛巾、瑜珈墊及大浴巾或瑜珈墊及環保杯。**【無基礎可】**	
	E1117	養生能量瑜珈提斯	一	10:10-11:40	1700	5/7-7/2	莊玲娥	藉由瑜珈動作法加強拉提肌深層核心肌群鍛練，利用太極體手，以運身心靈平衡。**【無基礎可】**。請自備大浴巾或瑜珈墊及環保杯。**【6/18 停課】**	
	E1118	養生壓身瑜珈-本期7周	一	08:30-10:00	1500	5/7-7/2	李玉鳳	以健康的背脊為主體，配合靈活呼吸法，藉大師的柔韌及柔軟度訓練，重活各部位關節，達到身體各關節暢通無阻，增強身體之能力及免疫力。提升體力及身心靈。**無基礎可。**請自備長毛巾、大浴巾或瑜珈墊及環保杯。**【5/21 停課】**	
	E1121	能量彼拉提斯瑜	二	15:00-16:30	1500	5/8-6/26		基礎打坐法，腹式呼吸法，體位法，由緩減起練，雙人操、健身操、美容操、和功操。身心靈之調和，可修復全身脏腑，防止五十肩疾病，消除腰背痛與肩頸痛，改善經絡，疏通體內氣血，使身體輕鬆自在。**(免費體驗課)**。**(免費體驗課)**。**(免費體驗課)**

類別	代碼	課程名稱	級別	上課時間	學費	起迄日期	授課教師	教學內容	材料費
美術音樂系列	E4206	古　箏　初　級	五	18:30-20:00	2100	5/11-6/29	翁麗蕾	傳統古曲、現代民謠及校定綜合教學、樂曲解說、實戶與曲情處理；能設釋比；「和清雅韻」與「逸然風韻」的學語精髓。學員更左控弦、右彈不務；16 技巧練習 21 技巧運用學習。材料：教本加圖甲約 400 元（自備者免）。教本：學之鏡或松柏學曲。上課錄影相同價：400 元／一期 2 個月（自備者免）	380
	E4205	古　箏　進　階	五	20:00-21:30	2300				380
	E4214	烏克麗麗 (Ukulele) 初級（一）	五	18:00-19:30	1600	5/11-6/29	金聖浩	優傳古曲、現代民謠及校定綜合教學、樂曲解說、實戶與曲情處理；能設釋比；「和清雅韻」與「逸然風韻」的學語精髓。學員更左控弦、右彈不務。材料：教本、伴奏琴譜／尺寸約 50 公分、琴袋、調音器、琴墊、吉他夾、吉他背帶、吉他調音器、吉他背帶、吉他夾、吉他調音器、吉他背帶、吉他夾、吉他調音器、吉他背帶、吉他夾