

西屯

招生簡章 05-06月份

研習時間
05/06(一)-07/01(一)
停課日：端午節停課6/10(一)
學習有活力 生活更美麗
LIFELONG LEARNING CENTER

地址：台中市西屯區文心路三段126號
電話：(04)2311-2121
營業時間：週一至週五 08:00-21:30 週六 08:00-16:30 週日 09:00-11:30 (視課程調整)

用學習儲存生活的美好
中國青年教育圖書中心商務指導委員會
附設台中市私立西屯區文心書苑短期補習班
附社教學部0990354371號

@xitudcyc @jyz4296x EDM素取專區 f23112121edm@gmail.com

創新主題專區 【4/25前報名享8折】材料費另計

代碼	課程名稱	星期	時間	學費	教師	代碼	課程名稱	星期	時間	學費	教師
F1201	Pound 搖滾重擊 (鼓棒有氧)	五	11:30-12:30	1400	周延展	F4107	創意粉彩基礎6堂	三	09:30-11:30	1600	范君萍
F1213	混合階梯有氧+核心肌群訓練	六	09:00-10:00	1600	林佳陵	F4317	凝膠藝術美甲	三	19:00-21:00	2200	張曉婷
F1222	ZUMBA 舞動有氧	六	11:30-12:30	1600	王湘萍	F4318	鉛線生活傢飾手作	四	10:00-12:00	2400	蔣薩屏
F1301	魅力美式熱舞6堂	六	14:00-15:30	1600	劉瑋翔	F4319	易經五行學初階	二	19:00-21:00	2200	王素華
F1310	魅力拉丁~單人 SOLO 舞	一	09:10-10:30	1800	薛亞玲	F4320	八字金錢卦初階	三	19:00-21:00	2200	王素華
F1311	標準社交舞【三步吉魯巴】(夫妻/女性專班)	一	10:30-12:10	1900	薛亞玲	F4604	早餐創藝班	一	13:00-15:00	2200	魏玉琦
F1216	拳擊 開口說英語 雜	日	10:30-11:30	1400	陳欣慧	F4605	人氣家常菜	一	19:00-21:00	2200	魏玉琦
F2109	嘿！開口說英語不難	二	10:00-12:00	2200	鄭如君	F4606	手搖茶飲+新鮮果汁開業實作班	五	09:30-11:30	2300	林雪英
						FM6200	兒童黏土捏塑6堂	日	10:00-11:30	1800	江佳蓓

雲端數位課程專區

代碼	課程名稱	2/25(四)前	2/26(五)起
FM2200	大家的日本語五十音	9折	95折
FM2201	大家的日本語五十音	9折	95折
FM2202	簡單學日語初級 I 1-3 課	9折	95折
FM2203	大家的日本語改訂版初級 II 14-15 課	9折	95折
FM2205	大家的日本語初級 II 22-24 課	9折	95折
FM2206	大家的日本語進階 I 41-43 課	9折	95折

精緻單元 【不折扣班】 *圖片僅供參考，以課程實際作品為主。

FA01 提拉米蘇 5吋 6/12(三)
09:00-12:00 學費 | 600 教師 | 高一方 材料費 | 600

FA02 芒果慕斯 5吋 6/26(三)
09:00-12:00 學費 | 600 教師 | 高一方 材料費 | 650

FA03 親子烘焙 | 母親節特輯 - 康乃馨大福 5/7(六)
09:00-12:00 學費 | 1100 (每位一位大人,一位6-12歲小朋友) 教師 | 蔡岳岳 材料費 | 480

FM3207-1、-2 動物溝通 | 聽見彼此的心聲
A梯: 5/18(六) 09:00-16:30 學費 | 4000 教師 | 張麗儀 (ANNA)

FA05 母親節花束-鮮花 5/6(一)
13:00-15:30 學費 | 500 教師 | 許縷子 (Doris) 材料費 | 1080 自備剪刀

FA06 畢業祝福。乾燥花束 6/3(一)
13:00-15:30 學費 | 500 教師 | 許縷子 (Doris) 材料費 | 980 自備剪刀

FA07 永生花玻璃罩 5/4(六)
09:30-12:00 學費 | 500 教師 | 陳素玉 材料費 | 780 自備剪刀

FA08 一堂課搞懂 咖啡沖泡邏輯 5/7(二)
09:30-11:30 學費 | 500 教師 | 石嘉旭 材料費 | 300

網路報名優惠

報名人數	4/25(四)前	4/26(五)起
教團團終身學習中心資訊網	9折	95折
臨櫃報名優惠		
早鳥優惠	4/25(四)前	4/26(五)起
舊生	9折	95折
新生	95折	無折扣
需酌收10元報名費		
個人同時報兩班	85折	9折
舊生帶新生需同時報名	每人優惠150元 (不適用團報、不折扣班)	
老愛學習 (標誌要)	年滿60歲,憑證享65折	
就愛學習 (標誌青)	大專專高中職青年,憑證享6折	
65歲以上	憑證享8折	
身心障礙	憑證享7折	

多功能運動教室 - Physical Training Classroom

- ★單堂體驗: 08:00-21:00 開放第一堂體驗費用如下,上課當天不受限退費。
飛輪 250 | 空瑜 350 | 空環 150 | 空環 450 | 全方位肌力雕塑 300 | TRX350 循環肌力訓練 300
★報名●黑桃班現折 200 (限同一堂課,不含堂費、空瑜)
★若有以下情況: 高低血壓、心臟病、骨質疏鬆、青光眼、孕婦、施打肉毒 24小時內、肩膀與手腕受業有無法施力之情況等,請勿報名,請妥善評估自身健康狀況後再選擇課程。
★空中課程勿配戴手錶、手錶、美甲上課

代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師	上課星期	代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師	上課星期
LE01	New 飛輪有氧	四	10:30-11:20	1700	紅豆	5/9-6/27	LF13	花式空瑜	四	13:30-14:30	2600		5/9-6/27
LE02	飛輪有氧 7堂, 5/21 停	二	10:30-11:20	1500	陳玉祥	5/7-6/25	LF14	花式空瑜	五	20:20-21:20	2600	游瓏菱	5/10-6/28
LE03	飛輪有氧	三	13:00-13:50	1700	黃詩尹	5/8-6/26	LF16	花式空瑜 7堂	六	15:40-16:40	2400	胡佳臻	5/18-7/6
LE04	飛輪有氧	五	20:30-21:20	1700	RD	5/10-6/28	LF17	花式空瑜 7堂	一	11:30-12:20	2400	張宇喬	5/13-7/1
LE05	飛輪有氧 5堂	一	20:00-20:50	1200	馬克	5/27-7/1	LF001	空中環【入門】	五	19:10-20:00	3200	易嘉琪	5/10-6/28
LE06	飛輪有氧	一	18:30-19:20	1700	妙妙	5/6-7/1	LF002	空中環【入門】	五	11:30-12:20	3200	胡佳臻	5/10-6/28
LE07	New 飛輪有氧	四	20:00-20:50	1700	陳玉祥	5/9-6/27	LF003	無網 7堂, 6/11 停	二	11:00-11:50	3200	陳佩怡	5/7-6/25
LF01	初階空中瑜珈 7堂	一	10:10-11:00	2400	張宇喬	5/13-7/1	LG01	彈跳床活力躍動 Ubound 7堂, 5/16 停	四	10:30-11:20	2200	林薈琦	5/6-6/27
LF02	初階空中瑜珈	五	10:00-10:50	2600		5/10-6/28	LG02	彈跳床活力躍動 Ubound 7堂, 6/20 停	一	20:30-21:20	2200		5/6-7/1
LF03	初階空中瑜珈	四	19:00-19:50	2600	王子方	5/9-6/27	LG03	彈跳床活力躍動 Ubound 7堂, 5/23 停	二	19:00-19:50	2200	吳冠霖	5/9-6/27
LF032	初階空中瑜珈	二	19:30-20:20	2600		5/7-6/25	LG04	燃脂肌力重量訓練【小班制】	二	19:10-20:00	3600	王蕭山	5/7-6/25
LF04	初階空中瑜珈	四	20:30-21:20	2600	楊文寧	5/9-6/27	LG05	燃脂肌力重量訓練【小班制】	五	18:30-19:20	3600	任碧賢 Lance	5/10-6/28
LF05	初階空中瑜珈	六	14:30-15:20	2600	胡佳臻	5/18-7/6	LG08	全方位肌力雕塑	三	19:30-20:20	2200	余世地	5/8-6/26
LF06	初階空中瑜珈	三	14:00-15:00	2600	曾美瑋	5/8-6/26	LG09	全方位肌力雕塑	五	19:30-20:20	2200 (RD)		5/10-6/28
LF07	初階空中瑜珈	三	20:50-21:50	2600	游瓏菱	5/8-6/26	F1601	TRX 核心肌力訓練	五	17:30-18:20	2400		5/10-6/28
LF08	初階空中瑜珈	一	20:55-21:45	2600	曾美瑋	5/6-7/1	F1602	TRX 核心肌力訓練	六	10:10-11:00	2400	林佳陵	5/11-6/29
LF09	初階空中瑜珈 7堂, 6/11 停	二	21:05-21:55	2400	陳佩怡	5/7-6/25	F1603	TRX 核心肌力訓練 7堂, 5/22 停	三	11:20-12:10	2200	林薈琦	5/8-6/26
LF10	初階空中瑜珈	六	11:10-12:10	2600	曾美瑋	5/11-6/29	F1604	TRX 核心肌力訓練	四	18:30-19:20	2400		5/9-6/27
LF11	療癒空瑜	二	13:30-14:30	2600		5/7-6/25	F1605	TRX 核心肌力訓練	四	19:30-20:20	2400	裴裝	5/9-6/27
LF12	療癒空瑜	三	19:40-20:40	2600		5/8-6/26	F1606	TRX 核心肌力訓練	三	18:30-19:20	2400	余世地	5/8-6/26
						5/8-6/26	F1607	TRX 核心肌力訓練	五	18:30-19:20	2400 (RD)		5/10-6/28

健康運動學院 活力有氧系列及舞蹈系列請攜帶水壺、毛巾及乾淨運動鞋至教室換穿。請妥善評估自身健康狀況後再選擇課程。

代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師	代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師	代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師	代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師	起迄日期
*F1101	和緩快活瑜珈	一	08:00-09:00	1200		5/6-7/1	*F1116	瑜活伸展瑜珈	一	08:50-09:50	1400													5/6-7/1
*F1102	週一6堂, 5/13, 5/20 停	五	08:00-09:00	1300	蔡美惠	5/8-6/26	*F1117	瑜珈伸展瑜珈	二	10:00-11:00	1400	鄭珍伶 (Mina)												5/6-7/1
*F1103	週三7堂, 5/15 停	三	09:00-10:00	1200		5/6-7/1	*F1118	瑜珈伸展瑜珈	三	11:00-12:00	1400													5/8-6/26
*F1102	週三7堂, 5/15 停	三	09:00-10:00	1300		5/8-6/26	*F1118	芳香瑜珈 (材料費 100元)	三	12:10-13:10	1400													5/8-6/26
*F1102	週三7堂, 5/15 停	三	09:00-10:00	1300		5/8-6/26	*F1123	墊上核心+滾筒放鬆	六	11:15-12:15	1500	林佳陵												5/11-6/29
*F1103	週三7堂, 5/15 停	三	09:00-10:00	1300		5/10-6/28	*F1134	自在哈達瑜珈	二	18:00-19:30	2000													5/21-7/9
*F1103-1	週三7堂, 5/15 停	四	08:00-09:30	1600	鄭英芳	5/7-6/25	*F1132	自在哈達瑜珈	四	18:00-19:30	2000													5/23-7/11
*F1103-2	週三7堂, 5/15 停	四	08:00-09:30	1600	鄭英芳	5/9-6/27	*F1132	自在哈達瑜珈	四	19:40-21:10	2000	戴子語												5/21-7/9
*F1103-3	週三7堂, 5/15 停	六	08:00-09:30	1600	羅家嫻	5/11-6/29	*F1132	自在哈達瑜珈	四	19:40-21:10	2000													5/23-7/11
*F1104-1	週三7堂, 5/15 停	四	09:35-11:05	1600	鄭英芳	5/7-6/25	*F1142-1	和緩流動瑜珈	四	18:30-19:30	1400													5/7-6/25
*F1104-2	週三7堂, 5/15 停	四	09:35-11:05	1600	羅家嫻	5/9-6/27	*F1142-2	和緩流動瑜珈	四	18:30-19:30	1400													5/9-6/27
*F1104-3	週三7堂, 5/15 停	六	09:35-11:05	1600	羅家嫻	5/11-6/29	*F1143-1	自備瑜珈磚	四	19:40-20:40	1400	鄭英芳												5/7-6/25
*F1105	流動瑜珈【本班不開放冷氣】	一	12:15-13:15	2400	游瓏菱	5/6-7/1	*F1143-2	自備瑜珈磚	四	19:40-20:40	1400													5/9-6/27
*F1107-1	哈達瑜珈	二	14:40-16:00	2800	曾美瑋	5/7-6/27	*F1134	塑身瑜珈	一	20:10-21:40	2000	林可喬 (Julie)												5/6-7/1
*F1107-2	享瘦瑜珈	三	08:00-09:00	2400		5/8-6/28	*F1133	瑜珈天地	一	18:30-20:00	1600													5/6-7/1
*F1107-3	享瘦瑜珈	三	08:00-09:00	1400	鄭美馨 (Mia)	5/6-7/1	*F1133	瑜珈天地	五	18:40-20:10	1800	蔡美惠												5/10-6/28
*F1108	享瘦瑜珈	三	09:10-10:10	2400		5/8-6/28	*F1137	週五7堂, 5/17 停	一	19:50-20:50	1600	曾美瑋												5/6-7/1
F1109	酥音-經絡瑜珈	五	14:30-16:00	1800	羅家嫻	5/10-6/28	*F1138	和緩流動瑜珈自備瑜珈磚	三	20:10-21:10	1600	羅彩盈												5/8-6/26
F1110	核心雕塑滾筒筋絡放鬆	五	11:20-12:20	1500		5/10-6/28	*F1138	和緩流動瑜珈自備瑜珈磚	一	19:40-20:40	1600	鄭珍伶												5/6-7/1
*F1111	哈達瑜珈	六	11:30-12:50	1800	柯麗秋	5/11-6/29	*F1140	皮拉提斯	五	20:30-21:30	1800	安瑞恩 (Arienne)												5/10-6/28
*F1112	哈達瑜珈	六	13:30-14:50	1800		5/11-6/29	F1141	瑜珈輪	三	19:40-20:40	1800	賴美渝												5/8-6/26
F1113	皮拉提斯 4堂	三	10:50-11:50	800	陳俊良 (Eric)	6/5-6/26	FM101	錄音 經絡 芳療瑜珈 *精緻不折扣班	一	13:30-15:00	3200	羅家嫻												5/6-7/1
F1114	皮拉提斯	二	09:00-10:00	1400	林曼蓉 (Lemon)	5/7-6/25	FM102	基礎瑜珈 *精緻不折扣班	五	10:20-11:20	2200	胡佳臻												5/10-6/28
F1115	和緩流動瑜珈自備瑜珈磚	四	14:10-15:10	1400	羅彩盈	5/9-6/27	FM104	基礎瑜珈 *精緻不折扣班	二	20:10-21:10	1600	游瓏菱												5/7-6/25

課程代號加註★4/25前現場報名學費8折

代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師	代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師	代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師	代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師	代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師	代號	班別	上課星期	上課時間	學費	指導老師		
*F1201	Pound 搖滾重擊 (鼓棒有氧)	五	11:30-12:30	1400	周延展	5/10-6/28	*F1213	混合階梯有氧+核心肌群訓練	六	09:00-10:00	1600	林佳陵																									
*F1202	全方位燃脂有氧	二	12:15-13:15	2400	游瓏菱	5/7-6/27	*F1216	拳擊有氧 5/12 體驗課 \$200	四	10:30-11:30	1400	陳欣慧																									

Table with columns for course name, instructor, time, and fee. Includes English, Japanese, and Korean courses.

Table with columns for course name, instructor, time, and fee. Includes Spanish and other language courses.

Table with columns for course name, instructor, time, and fee. Includes drawing and painting courses.

Table with columns for course name, instructor, time, and fee. Includes music and instrument courses.

Table with columns for course name, instructor, time, and fee. Includes singing and choir courses.

Table with columns for course name, instructor, time, and fee. Includes fashion and design courses.

Table with columns for course name, instructor, time, and fee. Includes life skills and craft courses.

Table with columns for course name, instructor, time, and fee. Includes cooking and food courses.

Table with columns for course name, instructor, time, and fee. Includes English and art courses.

Table with columns for course name, instructor, time, and fee. Includes music and dance courses.

Table with columns for course name, instructor, time, and fee. Includes English and art courses.

Footer section containing contact information, address, and a map of the location in Taichung.