

## 111-2學期 明新教職員運動團隊班 開課課表

**\*注意事項：**

1. 參與課程活動請自備毛巾、水壺，現場有提供飲水機供學員使用。
2. 費用請於第一次上課前繳交(400元)，繳交報到地點：明善樓-運管系。
3. 本學期課程與衛保組合作，安排課程前後一週進行免費體適能檢測。

週次	日期	星期	時間	運動課程	教練/負責人	地點(明善樓)
前測	4/17-4/21	一~五	8:00-17:00	體適能檢測	楊○銘	衛保組
一	4月26日	三	17:10-18:00	舞動國標	張○萱	大舞蹈教室
	4月27日	四	17:10-18:00	健康體適能	徐○莚、溫○聆	大舞蹈教室
二	5月3日	三	17:10-18:00	舞動國標	張○萱	大舞蹈教室
	5月4日	四	17:10-18:00	健康體適能	徐○莚、溫○聆	大舞蹈教室
三	5月10日	三	17:10-18:00	舞動國標	張○萱	大舞蹈教室
	5月11日	四	17:10-18:00	健康體適能	徐○莚、溫○聆	大舞蹈教室
四	5月17日	三	17:10-18:00	舞動國標	張○萱	大舞蹈教室
	5月18日	四	17:10-18:00	健康體適能	徐○莚、溫○聆	大舞蹈教室
五	5月24日	三	17:10-18:00	舞動國標	張○萱	大舞蹈教室
	5月25日	四	17:10-18:00	健康體適能	徐○莚、溫○聆	大舞蹈教室
六	5月31日	三	17:10-18:00	舞動國標	張○萱	大舞蹈教室
	6月1日	四	17:10-18:00	健康體適能	徐○莚、溫○聆	大舞蹈教室
七	6月7日	三	17:10-18:00	舞動國標	張○萱	大舞蹈教室
	6月8日	四	17:10-18:00	健康體適能	徐○莚、溫○聆	大舞蹈教室
八	6月14日	三	17:10-18:00	舞動國標	張○萱	大舞蹈教室
	6月15日	四	17:10-18:00	健康體適能	徐○莚、溫○聆	大舞蹈教室
後測	6/19-6/23	一~五	8:00-17:00	體適能檢測	楊○銘	衛保組