



# 教職員運動團隊班

## WORKOUT COACHES



向薇潔



陳芯瑀



林詩培



郭品宏



施哲銘



張儷玲



呂祐慶



- 有氧舞蹈
- 瑜珈
- 飛輪
- 健身訓練

RADICAL FITNESS-MEGADANZ熱力勁舞、  
 健身C級指導員、樂齡體適能訓練、  
 敏捷協調性訓練、慢跑跑姿訓練、  
 運動按摩證、運動筋膜貼紮、  
 樂齡運動健身教練證、飛輪有氧、  
 飛輪有氧指導員證、幼兒體操指導員證、  
 NASM國際私人教練、  
 RADICAL FITNESS-OXIGENNO活氧舒展