



健康運動學院【進入舞蹈教室請脫鞋或更換乾淨之運動鞋，瑜珈、皮拉提斯課程請自備瑜珈墊、毛巾】12/30前報名享特惠價，12/31起恢復原價

系列	課程代碼	課程名稱	星期	時段	費用	時數	上課期間	教師	系列	課程代碼	課程名稱	星期	時段	費用	時數	上課期間	教師
有氧系列	DC121	動感燃脂有氧 備瑜珈墊	一	19:20-20:20	1300	8	1/3-2/28	金惠娟	運動休閒系列	DC201	氣功禪修 團購手鍊、功夫球各150元	一	19:30-21:00	1800	12	1/3-2/28	陳文賢
	DC122	<精緻班>彈力繩~備長彈力繩、腿部彈力帶、瑜珈墊	二	19:20-20:20	1800 1500	8	1/4-3/1	金惠娟		DC202	<精緻班>彼拉提斯體適能(特惠) 備瑜珈墊	二	18:10-19:10	1800 1500	8	1/4-3/1	金惠娟
	DC123	ZUMBA 備瑜珈墊	三	18:10-19:10	1300	8	1/5-3/2	金惠娟		DC203	柔展體態雕塑 備瑜珈墊	三	19:30-21:00	1800	12	1/5-3/2	沈秀真
	DC124	美麗塑身HAPPY GO 備瑜珈墊	四	18:10-19:10	1300	8	1/6-3/3	金惠娟		DC204	柔展入門 備瑜珈墊	一	10:00-11:30	1800	12	1/3-2/28	沈秀真
	DC125	爆汗有氧	一	12:20-13:10	1100	8堂	1/3-2/28	金惠娟		DC205	小腰精核心肌群 備瑜珈墊及運動鞋	二	10:00-11:00	1300	8	1/4-3/1	專業教師
	DC126	ZUMBA	三	08:30-09:30	1300	8	1/5-3/2	王祈閔		DC206	柔展養生 備瑜珈墊	四	10:00-11:30	1800	12	1/6-3/3	沈秀真
舞蹈	DC141	<精緻班>韻律舞 備輕鬆貼身運動服、乾淨運動鞋	四	08:50-09:50	1800 1500	8	1/6-3/3	葉彩琴		DC207	陳氏太極養生氣功 備運動鞋、毛巾	六	09:30-11:30	1800	12	1/8-3/5	許漢義

文創藝能學院【教材、講義費請於第一堂另繳給教師，特惠班12/30前報名享優惠價，12/31起恢復原價】

系列	課程代碼	課程名稱	星期	時段	費用	時數	上課期間	教師	教學內容
美術系列	DD101	漂亮寫好字~書法基礎	三	19:00-21:00	1900	16	1/5-3/2	周基山	還在羨慕別人漂亮的字跡嗎?書法基礎讓您從毛筆字開始學習寫好字。課程將自基礎執筆方法、坐姿、楷書...等開始教授，並依個人能力調整進度。需自備毛筆、墨汁、硯台、九宮格紙(十二格)、墊布、筆捲、文鎮。運用簡單的工與材料，創造具有個人風格及溫度的手帳本，並結合紙膠帶與輕彩繪創作點綴，豐富手帳內容，隨手記錄生活的美好。自備：12色彩色筆，其他自備用具第一堂另行介紹。另繳材料費：100元。
	DD102	手帳與生活	五	19:00-21:00	1900	16	1/7-3/4	陳貴米	禪繞~與任何宗教信仰無關，不會畫畫也沒關係，我們會用簡單的線條帶大家構出美麗的作品。自備工具：2B鉛筆、橡皮擦、筆記本。另繳材料費：150元(含2支代針筆、紙膠帶、白磁筆、紙磚)。
	DD103	禪繞畫 畫纏繞	二	10:00-11:30	1600	12	1/4-3/1	張凱伶	用簡單的技巧，勾勒出出色鉛筆的粉嫩感，不論是想要美美的作品，還是要萌心大噴發，歡迎您一起來畫張小品。自備：水性色鉛筆、鉛筆、橡皮擦，另繳材料費：100元。
	DD104	療癒系色鉛筆插畫	三	10:00-11:30	1600	12	1/5-3/2	張凱伶	不需要任何繪畫基礎，只要有顆想畫畫、創作的心，手指就是畫筆，運用容易上手的繪畫技巧與工具，就能畫出一幅賞心悅目的畫作。自備用品第一堂老師另行介紹。另繳材料費：50元。
	DD105	紓壓粉彩	五	09:00-11:00	1900	16	1/7-3/4	陳貴米	國、台語歌曲的介紹與詮釋，歌唱基本功的練習，讓您輕鬆開口唱歌。另繳教材費100元。
音樂	DD106	國台語歌曲教唱	一	19:00-21:00	2100	16	1/3-2/28	李秋鶯	從丹田基本練習到歌唱技巧運用，再由肢體表達至歌曲詮釋，一步步帶領您進階。團體班的課程也有個人班的學習資源，讓您輕鬆自信來高歌一曲。
	DD107	國台語好歌技巧教唱	三	14:30-16:30	2100	16	1/5-3/2	謝一心	老師獨創的旋律記憶法，解決陌生曲目旋律不易記住的問題，以知性的方式介紹歌曲背景，讓您輕鬆詮釋西洋好歌。另繳教材費150元。
	DD108	<精緻班>歡樂西洋歌~簡單開口唱	五	14:00-16:00	2800	16	1/7-3/4	紀智耀	快速練指法及簡易記譜法教學，用攜帶方便電子琴，學習開心地唱和，輕鬆體驗電子琴的音樂之美。小班教學，教師Boston Berklee 音樂學院現代編曲畢業。自備49鍵標準鍵以上(建議61鍵)電子琴，教材費150元。
	DD109	<精緻班>電子琴輕鬆入門	五	16:30-17:30	3500	8	1/7-3/4	紀智耀	教授小提琴基本姿勢、拉奏、運弓、按弦等，並以看懂五線譜拉奏為主要學習目標。自備：小提琴、篠崎小提琴琴本1。六週
	DD110	<精緻班>小提琴入門	六	09:00-10:30	3900	9	1/8-3/5	何偉男	教授木吉它基本姿勢、左右手基本動作、基本樂理、學習六線譜(tab譜)、基本彈唱。自備：木吉它、彈指之間(18版)。六週
	DD111	<精緻班>木吉它入門	六	10:30-12:00	3900	9	1/8-3/5	何偉男	由淺至深的教學方式，帶領學員進入花的世界裡，不僅可以學到技術，作品還可以放在家裡當擺設、觀賞或是送禮皆可。自備：花用剪刀、桌上型膠帶、乳膠手套。另繳材料費：3200元。六週
生活藝能	DD201	花的世界	二	19:00-21:00	1500	12	1/18-3/1	劉秋香	實用性高成就感滿點收穫最豐富!輕鬆學習使用天然環保素材結合愉悅身心的精油香氛提升生活品質，體驗冷製手工皂的美好及生活香氣美學的應用。課程將用簡單易學的方式讓大家學會打皂。另繳材料費：1350元，自備：防護手套、口罩、圍裙、護目鏡(眼鏡可)、舊毛巾、提袋。六週
	DD202	精緻手工皂&香氛手作	五	18:30-20:30	1500	12	1/14-2/25	張鶴嚶	從基礎排盤到十四主星行星詳細解說，易學易懂，容易上手。另繳講義費150元。
命理	DD203	紫微斗數初級	一	19:00-21:00	1900	16	1/3-2/28	陳文啟	從認識十天干十二地支及十神、六親，神煞...等八字基礎。讓自己知命造命，成就自己成功的人生。另繳：八字造福正典300元(班上團購)。
	DD204	八字基礎	二	19:00-21:00	1900	16	1/4-3/1	李金鳳	美容證照術科分護膚及彩妝授課，無先後之分，皆可先上。內容包含臉部清潔、保養...等、日間妝和夜間妝...等、衛生技能。材料自備，或可向老師租借300元/堂，考照費另計，考試需要自帶模特兒，考試當天租借1500元。【恕不折扣】
美容	DD205	美容丙級證照(護膚)	四	19:00-21:00	2100	16	1/6-3/3	黃淑娟	本課程採教師實作示範教學，學員全程無實作，課程一期授完24題組考試菜譜。授課內容依勞動部考試規範測試資料。自備筆記本、筆。每期另繳材料費：2200元。材料費不含課本、刀、器具、報名費及報名表。中午休息半小時。【恕不折扣】七週
	DD206	美容丙級證照(彩妝)	五	19:00-21:00	2100	16	1/7-3/4	黃淑娟	本期教授：1.好彩頭東坡肉、翠玉福袋、福慧高昇糯米飯(本堂全素菜)2.佛跳牆、掛霜腰果、干貝長年菜3.花開富貴清蒸魚、黃金炸芋丸、紹興醉雞腿。另繳材料費：1800元，自備包裝袋。三週
烹飪	DD301	中餐丙級證示範教學(葷-密集班)	二	09:00-16:30	9800	49	1/11-3/1	黃雅琪	本期教授：抹茶蔓越莓瑪德蓮、巧克力鑽石餅乾；巴斯克乳酪蛋糕、珍珠糖泡芙；檸檬蛋糕、葡萄燕麥餅乾；咖啡達克瓦茲、檸檬紅茶薄餅；抹茶馬卡龍、巧克力布列塔尼；聖誕木塊蛋糕；草莓鮮奶油蛋糕；栗子蒙布朗蛋糕。另繳材料費：2400元，自備包裝袋。
	DD302	過年加菜輕鬆做	二	18:00-21:00	1300	9	1/11-1/25	黃雅琪	本期教授：四喜瓦片、金沙Q餅、花生糖、掛霜腰果、大鼓燒、香堤蛋糕。另繳材料費：1800元，自備包裝袋。六週
烘焙	DD303	法式甜點	一	18:00-21:00	3300	24	1/3-2/28	黃士順	
	DD304	職人經典烘焙	四	18:30-20:30	1700	12	1/13-2/24	顏世欣	

兒童成長學院【教材、講義費請於第一堂另繳給教師】

系列	課程代碼	課程名稱	星期	時段	費用	時數	上課期間	教師	系列	課程代碼	課程名稱	星期	時段	費用	時數	上課期間	教師
才藝系列	DF101	<精緻班>兒童卡林巴琴 備卡林巴琴或第一堂課老師代購，繳教材費250元	三	18:30-20:00	1700	9 六週	1/12-2/23	林裕肱	才藝系列	DF102	兒童美術 備附臘筆、鉛筆、水彩、16號、20號水彩筆、4開圖畫紙、抹布、適合大班起	六	09:30-12:00	1800	15 六週	1/8-3/5	王寂薰
	DF201	<精緻班>親子律動 備毛巾、運動鞋	三	09:00-10:00	1800	8	1/5-3/2	葉彩琴									

兒童寒假限定【教材、講義費請於第一堂另繳給教師】12/30前同時報名2班以上享85折，特惠班享優惠價，12/31起恢復原價。全日兒童營中午12-14點休息，不含午餐

系列	課程代碼	課程名稱	星期	時段	費用	時數	上課期間	教師	系列	課程代碼	課程名稱	星期	時段	費用	時數	上課期間	教師
冬令兒童	DF701	就愛玩瑜珈 備毛巾、瑜珈墊	一	09:00-12:00	1000	6	1/24、2/7	江詠晶 徐玉鳳	冬令兒童	DF706	舞蹈律動 備毛巾、乾淨運動鞋	三四	14:00-15:30	1000	6	1/26-2/10	葉彩琴
	DF702	小小武術家 備水杯、毛巾	一	14:00-17:00	1000	6	1/24、2/7	沈秀真		DF707	家事手縫 備小剪刀、繳材料費200元	四	09:00-12:00	1000	6	1/27、2/10	羅金珠
	DF703	有趣的美勞 備彩色筆或色鉛筆、色紙	二	09:00-12:00	1000	6	1/25、2/8	張凱伶		DF708	明日之星小唱將	五	09:00-12:00	1000	6	1/21-1/28	王心亮
	DF704	口語表達訓練	二	14:00-17:00	1000	6	1/25、2/8	尹商伊		DF709	動手捏黏土 繳材料費200元	五	14:00-17:00	1000	6	1/21-1/28	羅金珠
	DF705	어린이 기초韓語 備筆記本	三	09:00-12:00	1000	6	1/26、2/9	張鑫莉		DF710	象棋大對決 備象棋，繳講義費：20元	一三	19:00-20:30	1000	6	1/24-2/9	徐士傑
兒童營	DF601	<精緻班>Magic小小魔術家 繳材料費600元，不含餐	三	09:00-17:00	1700	6	1/26	魔神魔術	兒童營	DF603	<精緻班>用科學看世界~重力投石機 黏黏的史萊姆 繳材料費200元，不含餐	一	09:00-17:00	1800 1398	6	1/24	創藝天時
	DF602	<精緻班>Magic小小魔術家 繳材料費600元，不含餐	二	09:00-17:00	1700	6	2/8	魔神魔術		DF604	<精緻班>用科學看世界~風力動動車 自製扭蛋機 繳材料費250元，不含餐	五	09:00-17:00	1800 1398	6	1/28	創藝天時

兒童寒假限定【DF501-12/30前享早鳥價6800元。DF502恕不折扣】

系列	課程代碼	課程名稱	星期	時段	費用	時數	上課期間	教師	教學內容
成長營	DF501	快樂FUN寒假	一	08:00-17:00	8000 7800	10天	1/21-2/10	專業教師	詳細課程請參考下方課表，學費已含材料、講師、保險...等費用，無須額外繳費。DF502自選週次：1/21-1/27或1/24-1/28或1/28-2/10。【報名DF501加贈1/22(六)；DF502恕不折扣】
	DF502	Fun寒假(一週)	五		4000	一梯	詳見說明		

**Fun 寒假課程表**

上課時間	週一	週二	週三	週四	週五
08:00-09:00	歐嗨嗨~團體時間				
09:00-12:00	就愛玩瑜珈	有趣的美勞	어린이 기초韓語	家事手縫	小唱將
12:00-14:00	休息一下~再繼續!				
14:00-15:30	小小武術家	口語表達訓練	舞蹈律動	舞蹈律動	動手捏黏土
15:30-17:00			電影好時光	電影好時光	

◎自備下列用品：文具用品、作業、個人餐具、水杯。週一：毛巾、瑜珈墊。週二：彩色筆、色紙。週三：筆記本、毛巾、乾淨運動鞋。週四：小剪刀、毛巾、乾淨運動鞋。

◎救國團依狀況保留適時調整權益。成長營如週一至週六早上九點至晚上九點，週日早上九點至下午五點。如遇天災停課或自行請假恕不補課；恕不插班。

**節能減碳又快速**  
歡迎來信索取電子簡章  
EDM:6331331edm@gmail.com  
簡章與優惠訊息將每期寄到您的電子信箱

即日起，凡中華電信用戶使用市內電話、公用電話及手機直撥1980，即可免費與「張老師」線上談心！

「張老師」服務時間：  
星期一至星期六早上九點至晚上九點  
星期日早上九點至下午五點  
(各地區服務時間會依實際人力調整)

「張老師」基金會關心您!

**救國團終身學習中心**

為關懷及鼓勵低收入戶自力學習，提供部分名額之免費學費課程(限7人以上已開班之課程，每班限一名，材料費另計，不折扣班、電腦班及代辦課程不列入本項免費之課程)，請持台南市區公所開立之110年度低收入戶證明正本及身分證影本，於110年12/28-12/29至各中心服務台辦理(各中心合併計算，每人每年度限參加3次，崇德中心15名、永康中心12名、東門中心10名、新營中心10名、忠義中心10名)，110年12/30起通知是否開課，報名後恕無法辦理轉班。

**服務時間**

中心	週一至週六	週日
崇德中心	上午9時至晚上9時	上午9時至中午12時
東門中心	上午9時至中午12時	晚上6時至9時
永康中心	上午9時至晚上9時	上午9時至下午4時
忠義中心	上午9時至晚上9時	上午9時至下午4時

五個中心皆可受理文憑報名

**學友報名須知及權益事項說明【視同定型化契約，敬請詳閱】**

(一) 詳細簡章→選定班別→填寫報名表→出示優惠證件→現場現金繳費並領取繳費證明單→繳費證明單請保留至課程結束。  
\* 新生首次報名需另繳報名手續費100元，贈送「終身學習卡」一張。  
\* 【轉班】請於第二堂上課前持本期「繳費證明單」至櫃檯辦理，轉班限一次，第二次轉班加收50元手續費，一般課程恕無免費轉班單日系列課程。(特惠課程轉班一律比照學優惠)  
\* 各班上課請勿錄音、錄影及試聽，且不得攜眷、寵物進入教室。  
\* 申請結業證書，工本費50元。  
\* 本團與中國青年旅行社合作辦理各項旅遊活動，簡章備索，歡迎報名，或請上網：http://www.ctya.com.tw查詢。

一、退費手續：  
(一) 報名人數不足無法開班時，本中心以電話或簡訊通知後，請於接獲通知後一週內辦理轉班或退費，報名手續費100元恕不退還，終身學習卡由學友留存使用，之後報名憑卡即可享優惠。

(二) 依據臺南市政府教育局補習班管理規則規定，學友報名後因個人因素不克參加者，依下列標準退費：  
1. 實際開課前提出退費申請，退還學費全額費用。  
2. 實際開課後且未逾全期課程三分之一者，退還學費之六成。  
3. 實際開課後且未逾全期課程三分之二者，退還學費之四成。  
4. 課程已開課逾全期課程三分之二者，恕不退費。

二、遇颱風、地震等天災，依臺南市政府公佈「不上班」為標準，補課時間請班代與本會及老師研商。若因本團因素或教師請假所缺課程，補課時間另行通知。若學友因個人因素請假或缺課，恕不補課。

三、本會提供課程線上ATM轉帳報名，歡迎利用http://www.cyccea.org.tw 學習中心入口網站線上選課，並透過便利商店(銀行)提款機、或網路ATM完成報名手續。