

雲林縣婦女福利服務中心 112 年度下學期韻律班報名簡章

一、目的：

- (一)為發揮本縣婦女福利服務中心館室功能，鼓勵中高齡女性、職場女性及社區民眾養成規律運動的習慣，持續營造支持性運動氛圍及環境。
- (二)本中心為提升中高齡女性社會參與意願，設有專為中高齡女性規劃的課程，在過程中不需擔心跟不上，並透過運動的交流紓壓放鬆，同步維持身心機能，享受最自在安心的互動，達到群體協力成長的目標，讓運動成為走出家門的生活日常。

二、參加對象：本縣中高齡女性、職業婦女及社區民眾。

三、執行期間：112 年 7 月 17 日(一)至 112 年 12 月 14 日(四)止

《上課期間如遇天災、國訂假日及因應館室辦理活動，將停課》

四、辦理地點：本縣婦女福利服務中心 3 樓多功能教室（斗六市府文路 22 號）。

五、主辦單位：雲林縣政府。

六、課程及學費：

代號	課程名稱	時段	授課老師	收費方式/注意事項
A1	流動瑜珈	星期一 12:00-13:00	蔡倩如	◎ 每 1 個時段收費 2,000 元。 ※ 每人報名 2 個時段為限。 ※ 全程參與本中心相關課程或活動者，享有學費 9 折優惠（相關課程或活動公佈於本府社會處/雲林縣婦女福利服務中心網站或歲月療天室粉專）。 ※ 限本人依報名時段參加，不得轉讓及選擇其他時段補課。 ※ 學費入縣庫後，無法退費，如遇不可抗拒事由，視情況申請課程異動或展延。（請檢附相關證明文件） ※ 本課程視實際報名情形增減班數。 ※ A2 快樂瑜珈：本堂課程專為中高齡女性規劃，以 50-64 歲女性優先報名。 112 年下學期-序號： 課程代號： 繳費金額： 收費者/日期：
A2	快樂瑜珈	星期二 12:00-13:00	魏玲芬	
P2	放鬆瑜珈	星期二 17:30-18:30	鄭巧雲	
A3	核心瑜珈	星期三 12:00-13:00	蔡蕙宇	
P3	熱舞有氧	星期三 17:30-18:30	呂詩香	
A4	雕塑瑜珈	星期四 12:00-13:00	蔡蕙宇	
P4	生活瑜珈	星期四 17:30-18:30	鄭巧雲	

- 備註：1. 請自備瑜珈墊或鞋底乾淨的運動鞋。
 2. 因館室辦理活動或授課老師請假而停課，將另擇期補課。
 3. 每班達 10 名以上開班，每班名額 30 名為限，額滿不再受理。
 4. 報名方式請親洽社會處 1 樓大廳(斗六市府文路 22 號)時間上午 8:00~12:00、下午 1:30~5:00，聯絡窗口 05-5523403 李小姐。
 5. 請於下列規定日期內完成相關作業，現場報名並繳費，報名額滿或逾期即不受理。
 報名期間：自 112 年 6 月 12 日(一)至 6 月 16 日(五)止。

↑學員自存

(報名前全程參與婦女福利相關課程或活動者可享學費優惠)

↓縣府自存

112 年下學期-序號：

七、雲林縣婦女福利服務中心 112 年〈下學期〉韻律班 報名表：

姓名：_____聯絡電話：_____職業：_____

參加班別（請填代號）：_____計：_____時段 費用：_____元

性別：☐生理男 ☐生理女 ☐其他

年齡：☐13歲-18歲 ☐19歲-44歲 ☐45歲-64歲 ☐65歲以上 收費者/日期：

~雲林鄉親出韻啦~

凡參加本縣婦女福利服務中心主辦或協辦之活動者~
全程參與享有**優惠**報名韻律班課程!

★活動資訊：請搜尋  網站或追蹤臉書

◎ 手機掃描網站 QR Code 報名前參觀海報展百女圖-拍照
(百女圖當背板)-上傳至臉書：歲月聊天室粉專「百女圖」
貼文按讚+留言 (說說觀展心得)

1.網站：雲林縣政府社會處 | 雲林縣婦女福利服務中心



2.臉書：歲月療天室粉專



※備註：新學期報名，請持手機提供參與活動證明呦~

※主辦單位：

雲林縣婦女福利服務中心