

國立體育大學 108 學年度樂齡大學課表

上學期【108/09/17-109/01/10】

上課時間：上午 9:00-12:00

週數	日期	課程名稱	上課地點
1	9/17(二)	開學典禮	行政大樓 3 樓 314 教室
	9/20(五)	獨木舟	游泳池
2	9/24(二)	獨木舟	游泳池
	9/27(五)	太極	體育館
3	10/1(二)	走繩運動	松果區 (可以攜帶防蚊液，怕有蚊蟲叮咬)
	10/4(五)	太極	體育館
4	10/8(二)	太極	體育館
	10/11(五)	國慶連假停課	
5	10/15(二)	走繩運動	松果區 (可以攜帶防蚊液，怕有蚊蟲叮咬)
	10/18(五)	太極	體育館
6	10/22(二)	走繩運動	松果區 (可以攜帶防蚊液，怕有蚊蟲叮咬)
	10/25(五)	漆彈	行政大樓 314 教室/漆彈場
7	10/29(二)	建康講座	行政大樓 314 教室
	11/1(五)	漆彈	漆彈場
8	11/5(二)	交通安全教育	行政大樓 314 教室
	11/8(五)	漆彈	漆彈場
9	11/12(二)	交通安全教育	行政大樓 314 教室
	11/15(五)	漆彈	漆彈場
10	11/19(二)	交通安全教育	行政大樓 314 教室
	11/22(五)	漆彈	漆彈場
11	11/26(二)	健走運動	體育館
	11/29(五)	中高齡者運動保健	行政大樓 314 教室
12	12/3(二)	健走運動	體育館
	12/6(五)	中高齡者運動保健	行政大樓 314 教室
13	12/10(二)	健走運動	體育館
	12/13(五)	中高齡者運動保健	行政大樓 314 教室
	12/17(二)	健走運動	體育館

14	12/20(五)	健康促進	行政大樓 314 教室
15	12/24(二)	健走運動	體育館
	12/27(五)	健康促進	行政大樓 314 教室
16	12/31(二)	健走運動	體育館
	1/3(五)	健康促進	行政大樓 314 教室
17	1/7(二)	射箭	射箭場
	1/10(五)	健康促進	行政大樓 314 教室
18	1/14(二)	射箭	射箭場
	1/17(五)	射箭	射箭場

※注意事項

1. 課程時間、內容、授課講師及辦理地點若有變動時，以實際辦理情形為主。
2. 上課請穿著或攜帶運動衣服及水。
3. 若身體不適請勿勉強上課，並請告知老師或跟課人員，謝謝。