

相招來運動

◎ 北港分部教學卓越辦公室 蕭秀卉 2008-12-31

於學期初對分部學生做問卷調查，統計其運動興趣與時間後，分別開辦4項運動，並聘請專業教師授課：

一、【塑身瑜珈班】黃雅鈴老師

◎活動時間：每週三、四 12：30 - 13：30，共21次課程，278人次。

二、【肚皮舞有氧舞蹈班】陳筱鈺老師

◎活動時間：每週二、三 12：30 - 13：30，共22次課程，379人次。

三、【非洲有氧舞蹈班】陳筱鈺老師

◎活動時間：每週一、三 17：30 - 18：30，共22次課程，293人次。

四、【皮拉提斯班】蘇惠敏老師

◎活動時間：每週一、四 17：30 - 18：30，共21次課程，296人次。

運動班參與同學均表示對體能與健康有改善，肚皮舞蹈於12月31日在綜合教室舉行成果展。下學期將再度調查學生有興趣之運動項目，繼續帶動北港分部之運動風氣，培養健康體魄。

【相關圖片】



肚皮舞有氧



肚皮舞有氧



非洲有氧舞蹈



非洲有氧舞蹈



皮拉提斯



皮拉提斯



塑身瑜珈



塑身瑜珈