台灣養生保健學會

民國107年12月養生講座報名表

□ 會員 □非會員

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓 名 |  | 出生日期 |  年 月 日 | 性別 | □男 □女 |
| 聯絡電話 |  | 行 動 電 話 |  |
| 聯絡地址 |  |
| E-mail |  |
| 中區活動 | * 內功十二式 　 每週二晚上7:00-8:00
 |
| * 基礎太極拳 每週五晚上7:00-8:00
 |
| * 太極拳套路 每週五晚上8:00-9:00
 |
| 北區活動【小南門】 | * 健脊三法、 每週二早上9:30-10:30

拍式、健胃功 　 （12/18暫停一次） |
| * 內功十二式　 每週三晚上7:30-8:30
 |
| * 站樁、抬腿、蝦米式、 每週四晚上7:00-8:00

臥功八法、上壽導引術 |
| 北區活動【天母】 | * 中醫養生暨內功導引講座　 每週六早上9:00-10:30 （12/29暫停一次）
 |
| 備註 |  |

🙢 說明：**請務必填寫可聯絡到之電話，以及E-mail信箱**，以便我們與您聯絡講座的最新或更新消息，謝謝！