

115 年臺中市南區長青學苑招生簡章

一、宗旨：為倡導「終身學習」精神，鼓勵本市老人「活到老、學到老」，增進自我成長，實現老人達到「學無止境」之理想，特開辦各項語文、才藝、休閒、健身、育樂課程，提供老人再進修及社會參與機會，藉以拓展老人學識領域、充實生活內容，提昇老人福利服務功能。

二、指導單位：臺中市政府社會局

四、承辦單位：國立空中大學

三、主辦單位：臺中市南區區公所

五、協辦單位：臺中市南區各里辦公處

六、招收對象：
1.設籍本市年滿 55 歲者(民國 60 年次)。 2.設籍本市年滿 45 歲原住民(民國 70 年次)
3.設籍本市年滿 18 歲身心障礙者。

七、報名方式及檢附文件：採現場臨櫃報名，報名時請攜帶身分證、費用及其他相關證明文件。

八、上課期間：自民國 115 年 3 月 1 日起陸續上課(請參照課程資料)

九、補助班收費辦法(不含上課用材料費、書籍費、活動保險費、場地使用費、班費等其他費用)：

課程時數	報名費	學費	總計
128 小時 (上學期+下學期)	200 元	1,400 元	1,600 元
96 小時 (上學期+下學期)	200 元	1,000 元	1,200 元
64 小時 (上學期+下學期)	200 元	600 元	800 元
32 小時(上學期)	100 元	300 元	400 元

十、優惠措施：

(一)65 歲以上臺中市市民、55 歲以上原住民、本市仁愛之家院民、列冊本市獨居長者、列冊本市低收入戶、持有身心障礙證明者，檢附證明，報名的第一個班，免學費。(班級數全臺中市長青學苑合計)

(二)85 歲以上臺中市市民，檢附證明，報名的第一個班，免學費，報名費減半。(班級數全臺中市長青學苑合計)

※一學年班級分上、下學期 2 次報名者，第 2 次報名時學費不予優惠。

(三)課程編號 A09-長青導覽走讀文史班，免收學費(每人收報名費 200 元，不計入班級數)。

(四)法定生理性別報名人數比例低於 50% 者，每班依該生理性別之年齡保障錄取招生人數之 10%。
(如招生人數為 30 位，有 10 位生理男性報名、50 位生理女性報名，生理男性報名人數比例低於 50%，前 3 位最年長之($30 \times 10\% = 3$)生理男性報名者保障入取，餘參加抽籤。)

※收費原則依據臺中市政府社會局 112 年 3 月 8 日中市社青字第 1120033275 號函辦理。

十一、報名及課程錄取相關說明：

(一)錄取後 3/31 前可申請轉班，每人以 1 次為限。4/1 起或第 2 次轉班起，每次酌收轉班報名費 100 元。

(二)部分課程上課時將收取材料或教材費用，教師將於開課第一週說明費用。

(三)報名時間為 **2 月 2 日起至 2 月 6 日** 截止，各班額滿採用抽籤(報名順序不影響錄取結果)方式錄取。**(一學年課程同時報名上+下學期課程者優先錄取)**。

(四)為保障學員就學權益，如次年度該課程報名額滿需以抽籤方式決定錄取名單時，將參照本年度到課時數，除發生重大變故者(需檢附證明文件)，缺課時數達 1/4 小時以上者，不得納入抽籤名單中，且不得因其餘條件優先錄取，以不予以錄取認定。

十二、報名地點(報名請攜帶身分證、費用及其他證明文件)：

受理報名日期及時間	報名地點	電話及地址
2/2(一)起至 2/6(五)之上班日 09:00-12:00、13:00-16:00	國立空中大學 臺中中心	(04)2286-0150 轉 1430 中興大學綜合大樓 12 樓 1201 室
2/2(一)起至 2/6(五) 時間依各里活動中心開放時間為準	各里辦公處	各里辦公處(僅受理該里課程)
2/2(一)起至 2/6(五)之上班日 09:00-12:00、13:00-16:00	臺中市南區區公所 4 樓社會課	(04)2262-6105 臺中市南區工學路 72 號

十三、開學日期：依本簡章各班開課時間上課，**確定開課不另行通知**。(若課程未能開設，將於開課前以手機簡訊或 Line 群組公告或電話通知)

十四、退費規定：(退費請攜帶收據)

(一)錄取後**報名費不退費**。

(二)學員於開課前申請退費者，退還全額學費；開課後二週內申請退費者，退還所繳學費之八成，第三週內退還學費之五成，第四週(含)起不予退費，除了不可抗力之因素，需攜帶證明，按比例退還。

十五、注意事項：

(一)報名者即視同同意南區區公所與南區長青學苑於相關法令規定範圍內及學員資料保密措施下，為宣傳推廣或提供業務服務及課程訊息等目的，得使用學員之個人資料、課程上課照片，進行蒐集、交互運用、電腦處理及傳遞。

(二)本學苑課程以實體為主，如因疫情受主管機關室內容留人數等相關規定限制，有需要變更上課地點、上課方式（線上課程）或停課等，將機動調整並依相關規定辦理。

(三)上課期間如遇不可抗力之因素，以臺中市政府公告停課標準辦理。

(四)報名人數未達成班條件（每班學員不得少於 20 人，其中年滿 65 歲以上者至少 15 人）不開班，另依據身心障礙成人教育及終身學習活動實施辦法第 8 條規定，課程至少應提供招生名額百分之五為身心障礙成人保障名額，以保障其參與機會(需於報名截止前檢附證明)。

(五)非設籍本市或設籍本市 54 歲以下者，每班招生後如尚有名額始得報名參加，人數以各補助班招生限額 5%為限(人數以 4 捨 5 入計算)，收費金額依課程時數收取，全年度課程 128 小時為\$3,200 元；96 小時為\$2,400 元；64 小時為\$1,600 元及 32 小時為\$800 元(含報名費)。

(六)**開學後兩週內無故未到課者，經回報且核對簽到表後，由學苑逕行遞補名額，不予保留。**

(七)未經校方許可不得隨意更換上課地點或轉班，違者取消當年度之上課資格。座位需優先禮讓有迫切需求者。

(八)請勿頂替他人上課或恣意旁聽或擅自轉讓上課名額，以維持上課秩序及學員權益，經發現應立即停止上課，並視情節重大程度，從發現日起禁止報名本苑課程一至三年。

(九)嚴禁對他人進行言語霸凌、性別歧視、性騷擾、暴力等行為，若經投訴及學苑調查事證屬實，取消其上課資格，且未來禁止報名本苑課程。其他干擾上課秩序之行為，經勸未改善者，取消當年度之上課資格。

(十)上課期間請學員隨時留意自身身體狀況，若於課程進行中感到不適，請勿勉強參與，務必立即告知老師，並視情況評估是否需要就醫，以確保自身安全與健康。

(十一)本苑保留適度修改的權利，如有異動請以本苑網站或班級 LINE 群組最新公告為準。

十六、課程時數認定原則：

(一)每一課程以小時計算，不足 1 小時者不列入課程時數，每 50 分鐘得休息 10 分鐘。

(二)如遇國定假日當天不上課。

(三)課程期間如遇人事行政局公告停班停課日，依公告停課。

(四)校外教學於年度課程大綱中規劃實地授課，如非依課程大綱之內容，另外帶領學員至外地參訪、觀摩、表演交流或比賽，不得作為時數之認定請領教師鐘點費。

十七、課程時間：

(一)本學期研習時間約 12 至 32 週，每週 2 至 4 小時，共計 24/32/64/96/128 小時。

(二)修業完成每位學員發給結業證書，惟本學苑結業證書不作學歷之認定。

十八、聯絡及申訴電話：

(一)國立空中大學臺中中心（中興大學綜合大樓 12 樓 1201 辦公室）

電話：(04)2286-0150 傳真：(04)2287-2056

上班時間：週一至週五上午 08:30-12:00；下午 13:00-17:00

(二)臺中市南區區公所社會課

電話：(04)2262-6105 轉 205



~請翻至後頁，還有課程表~

十八、課程資料:(※各科教材等費用，於開課後依各班課程性質及項目收費)

編號 里別	課程名稱/時數	教師	上課時間/地點	限額	課程簡介及說明
A01 南和里	生活竹工藝班 (一學年 96 小時)	魏靜怡	週六 08:30-12:00 或 11:30 (03/07-10/31) 南和里活動中心 (工學三街 23 號)	25	處理竹材料、編法練習，創作竹編器物、童玩或竹工藝品等。 需自備工具及部分耗材。 材料費：1000 元
A02 南和里	樂活人生班 (一學年 128 小時)		週三、五 14:00-16:00 (03/04-10/28) 南和里活動中心 (工學三街 23 號)		星期三為藝術課程。星期五為咖啡或茶道課程。 材料費及班級維護費：700 元
A03 西川里	輕鬆學二胡班 (一學年128小時)	陳盈安	週二 14:00-16:00 及 週四 08:30-10:30 (03/03-10/08) 崇仁活動中心 2 樓 (柳川西路一段 59 號)	38	班級維護費：100 元 開課後酌收冷氣使用費約 400 元 (根據使用情形彈性收費)。 需自備樂器或團購。
A04 西川里	資訊手機科技創作 應用初級班 (一學年128小時)		週一、三 14:00-16:00 (03/02-10/14) 崇仁活動中心 2 樓 (柳川西路一段 59 號)		手機初級班。手機攝影、照片編輯、社群/生活APP應用。 開課後酌收冷氣使用費約 500 元 (根據使用情形彈性收費)。
A05 福平里	智慧手機生活與 AI 應用班 (一學年128小時)	吳佳鑫	週一、二 14:00-16:00 (03/02-10/12) 福平里活動中心 2 樓 (復興路二段 158 號)	24	智慧型手機的基本操作。常用的 社群、拍照、通訊、影音與 AI 工 具。 開學後依實際情形酌收班費、部 分負擔冷氣使用費。
A06 福平里	鬥陣來唸歌 歌唱技巧班 (一學年128小時)		週二、五 09:00-11:00 (03/03-10/27) 福平里活動中心 1 樓 (復興路二段 158 號)		學習歌唱基本功，讓學員唱歌更 輕鬆，達到健康快樂休閒活動。 開學後收取教材費、班費、冷氣使 用費。班級維護費：300 元。
A07 長榮里	藝術拼布班 (一學年96小時)	陳秋燕	週四 08:30-11:30 (03/05-10/22) 長榮里活動中心(國光路 11 號)	25	借由針線讓長輩活動腦筋、手部。 班級維護費：100 元 根據實際上課情形酌收材料費
A08 長榮里	銀髮族 藝術創作班 (一學年96小時)		週一 09:00-12:00 (03/02-10/19) 長榮里活動中心(國光路 11 號)		運用隨手可得的媒材，搭配蠟筆、 色鉛筆等工具，享受繪畫的樂趣。 班級維護費：100 元 根據實際上課情形酌收材料費
A09 長榮里	長青導覽 走讀文史班 (一學年128小時)	李憲發	週一 13:30-17:30 (03/02-10/19) 長榮里活動中心(國光路 11 號)	40	深入臺中市舊城區的歷史脈絡與 文學發展，培養導覽解說技能。 開課後收取班費、保險費、導覽麥 克風租借費用。
A10 樹德里	和風拼布班 (一學年96小時)		週五 13:30-16:30 (03/06-10/30) 大慶活動中心(德富路 100 號)		運用各種布料創造出各種作品。 需自備材料(或與老師登記訂購)
A11 樹德里	每日一句 日語歌唱班 (一學年96小時)	林幼婷	週四 13:30-16:30 (03/05-10/15) 大慶活動中心(德富路 100 號)	40	發音、諺語、文法入門、由耳熟能詳 的歌曲學習日文歌曲。 教材費 200 元(內含上課教材、字 帖練習、歌唱教本) 建議具有 50 音基礎
A12 樹德里	益智桌遊班 (一學年96小時)		週三 13:30-16:30 (03/04-10/07) 大慶活動中心(德富路 100 號)		訓練手眼腦協調運用，訓練專注、 思考、記憶、反應、聯結、溝通、 協調、合作、解難、領導能力。 開課後酌收教材使用費：200 元。

編號 里別	課程名稱/時數	教師	上課時間/地點	限額	課程簡介及說明
A13 樹德里	科技輕鬆入門班 (上學期32小時)	張祐瑄	週一 14:00-16:00 (03/02-06/22) 大慶活動中心(德富路 100 號)	30	手機在食、衣、住、行、便利商店、娛樂方面的生活科技實作課。 開課後酌收講義教材費約 80 元。
A14 崇倫里	日語歌謡 歡樂唱班 (一學年96小時)		週二 13:30-16:30 (03/03-11/03) 崇倫里活動中心 (崇倫街 52-3 號)		以昭和年代老歌為主，教唱曲譜、發音、唱法、歌詞詞彙等。 教材費：課本上、下期各 350 元/光碟上、下期各 350 元(選購)
A15 崇倫里	活力歡唱班 (一學年96小時)	邱欽茂	週二 08:30-11:30 (03/10-10/13) 崇倫里活動中心 (崇倫街 52-3 號)	35	調整唱歌技巧，增加樂理認識。 課本每人 100 元、教學光碟自由選購 100 元
A16 永興里	番仔火 不老鼓樂隊班 (一學年96小時)		週二 08:30-11:30 (03/10-10/13) 永興宮香客大樓 (工學二街 236 號)		太鼓與節奏，搭配音樂、話劇、肢體動作表演呈現。 教材影印費 200 元、班級維護費 150 元、冷氣使用費 150 元
A17 永興里	烏克麗麗 輕鬆彈奏班 (一學年64小時)	黃嘉裕	週三 19:00-21:00 (03/04-10/07) 永興里、永和里、工學里市民活動中心 2 樓 (工學二街 151 巷 22 號)	30	烏克麗麗輕鬆彈奏，俱備烏克麗麗基礎彈奏技巧。 開課後酌收班級維護費、冷氣使用費。需自備樂器
A18 福順里	槌球實用班 (一學年128小時)		週一、四 07:00-09:00 (03/02-10/15) 臺中國際門球場 (美村南路 8 號)		槌球三項要點:方向、力道、準確度，基本教學。 班級維護費 700 元
A19 南門里	資訊手機科技 美工應用班 (一學年64小時)	林素娥	週三 19:00-21:00 (03/04-10/07) 南門里活動中心 (瑞光街 33 號)	30	針對已經熟悉基礎手機操作的使用者，進一步提升他們的技能和知識。 開課後根據實際上課情形酌收班級維護費、冷氣使用費
A20 南門里	中老年人 肌力訓練班 (一學年64小時)		週二 09:30-11:30 (03/03-10/06) 南門里活動中心 (瑞光街 33 號)		提升肌力、平衡、靈活性、減少運動傷害 開課後根據實際上課情形酌收班級維護費、冷氣使用費
A21 和平里	資訊手機科技 軟體應用進階班 (一學年128小時)	林素娥	週二 14:30-16:30 及 週四 09:30-11:30 (03/03-10/12) 和平里活動中心 (復興路二段 71 巷 31 弄 11 號)	30	手機進階班。手機攝影、社群/生活 APP 應用、Podcast 製作、AI 軟體應用。 開課後酌收冷氣使用費約 500 元(根據使用情形彈性收費)。
A22 和平里	快樂歌唱班 (一學年64小時)		週五 14:00-16:00 (03/06-10/30) 和平里活動中心 (復興路二段 71 巷 31 弄 11 號)		從未曾唱歌訓練已達到可以自由歡唱，增加學員樂理符號的認識 開課後酌收冷氣使用費約 250 元(根據使用情形彈性收費)。
A23 福興里	非洲鼓歡樂表演班 (一學年128小時)	蔡佳芬 范美娟	週一 09:00-11:00 及 週二 14:00-16:00 (03/02-10/13) 福興里活動中心 2 樓 (福南街 89 號)	30	利用多種節奏元素創作並加入手指練習技巧與肢體律動。表演服裝製作。 開課後酌收班費、教材費、冷氣使用費。

編號 里別	課程名稱/時數	教師	上課時間/地點	限額	課程簡介及說明
A24 積善里	幸福書法班 (一學年96小時)	陳貞惠	週四 14:00-17:00 (03/05-10/08) 中興活動中心 4 樓(4-1 教室) (復新街 89 號)	38	行書班。從小作品至條幅作品。趙孟頫古詩 班級維護費：200 元
A25 城隍里	資訊手機科技 數位班 (一學年128小時)		週二、四 19:00-21:00 (03/03-10/08) 長春里/城隍里聯合活動中心 2 樓 (合作街 6 號)		社群/生活APP、AI軟體應用、AI動圖。 開課後酌收冷氣使用費約 500 元 (根據使用情形彈性收費)。
A26 平和里	編織與綠生活班 (一學年128小時)	專業資師	待確定 (03 月-10 月) 平和里守望相助隊部 (五權南路 370 號旁)	20	編織、布藝、綠生活。 材料請自行準備或請老師團購
A27 工學里	歌唱技巧班 (一學年128小時)		週一、四 09:00-11:00 (03/02-10/15) 永興里、永和里、工學里市民 活動中心 4 樓 (工學二街 151 巷 22 號)		學習歌唱基本功，讓學員唱歌更 輕鬆，達到健康快樂休閒生活 開學後收取教材費、班費、冷氣使 用費。
A28 工學里	熟齡快樂舞蹈班 (一學年64小時)	李秋蘭	週四 13:30-15:30 (03/05-10/08) 永興里、永和里、工學里市民 活動中心 4 樓 (工學二街 151 巷 22 號)	25	排舞、ZUMBA、有氧舞蹈教學。 開課後根據班級維護費、冷氣使用費。
A29 長春里	大家來學歌仔戲 班 (一學年96小時)		週二 09:00-12:00 (03/03-10/13) 長春里/城隍里聯合活動中心 3 樓 (合作街 6 號)		體驗歌仔戲身段及唱腔之美。 開課後酌收班費(含戲服租借費 用、講義費、部分冷氣使用費)
A30 長春里	時光布語班 (一學年64小時)	沈淑慧	週四 09:00-11:00 (03/12-10/15) 長春里/城隍里聯合活動中心 3 樓 (合作街 6 號)	30	新舊布混搭與手縫、機縫創作— 讓舊物再創新機，讓縫製靈活手 腦。 開課後酌收班費(含材料費、講 義費、部分冷氣使用費)
A31 永和里	樂活大自然 快樂操班 (一學年128小時)		週二、四 09:30-11:30 (03/05-10/20) 永興里、永和里、工學里市民 活動中心 3 樓 (工學二街 151 巷 22 號)		綜合性課程。健康操跳唱運動及 桌遊、手作等文藝活動。 班級維護費：500元(材料費、部分 場地清潔費及冷氣費，費用多退 少補)
A32 工學社 區發展 協會	南區紀事錄 傢飾彩繪班 (一學年128小時)	廖珮棋	週一 09:00-11:00 及 週四 14:30-16:30 (03/02-10/15) 福田水資源一樓教室 (福田二街 23 號)	30	認識南區22里社區特色，透過壓 克力彩繪將地方特色畫入家中舊 物，替換新裝。 自備筆具等材料(或請老師訂購)
A33 樹義里	運動333 健康動起來班 (一學年64小時)		週四 09:30-11:30 (03/05-10/08) 福田水資源一樓教室 (福田二街 23 號)		靜態、動態、阻力式伸展操及訓練 全身各部位的肌力及體能量測。 自備瑜珈墊、毛巾、水
A34 樹義里	烏克麗麗初級班 (一學年64小時)	黃嘉裕	週日 09:30-11:30 (03/01-10/11) 福田水資源一樓教室 (福田二街 23 號)	30	烏克麗麗入門輕鬆學，由淺入深 循序漸進學習彈奏技巧。 需自備樂器。 連假若非節日當天，照常上課。

編號 里別	課程名稱/時數	教師	上課時間/地點	限額	課程簡介及說明
A35 新榮里	經典電影專題暨 社造培力班 (一學年64小時)	蔡明昌	週五 09:30-12:30 (03/06-08/07)	25	以「主題電影看社區」為主題，並透過電影、共情網絡與歷史系譜，結合公共治理與地方學社造導師種子培育。
			新榮里活動中心(新華街 168 號)		第一堂經班級會議討論後，酌收班費及校外教學費用。
A36 江川里	歡唱技巧學習班 (一學年64小時)	邱欽茂	週四 09:00-11:00 (03/05-10/08)	25	調整唱歌技巧，增加樂理認識。
			江川里活動中心(仁義街 211 號)		課本每人100元、教學光碟自由選購100元 開課後酌收冷氣使用費約500元 (根據使用情形彈性收費)
A37 國光里	跟著學成為手機 達人班 (一學年64小時)	吳佑祥	週二 09:00-11:00 (03/03-10/06)	25	實用APP、社群平台、手機攝影、數位安全意識等。
			國光里活動中心 (台中路 348 巷 11 號)		需自備有網路之智慧型手機。建議蘋果 iOS 系統版本:18 以上、安卓系統 Android 版本:13 以上 開課後依據班級營運情況酌收班費、場地使用費等費用。
A38 德義里	陶然國畫班 (一學年64小時)	梁錦釗	週五 14:00-17:00 或 16:00 (03/06-10/16)	25	掌握國畫執筆、調色、用墨、構圖等基本技巧。
			中興活動中心 3 樓 3-2 教室 (復新街 89 號)		請自備:毛筆、墨汁、宣紙、墊布 (亦可開課統一購買)。開課後酌收冷氣使用等費用。
A39 空大	電子琴(鍵盤樂器) 教學班 (一學年96小時)	羅聰協	週三 13:00-16:00 (03/04-10/07)	28	電子琴結構及姿勢介紹；指法認識、音階訓練及以不同伴奏練習。
			國立空中大學臺中中心 10 樓 1002 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)		班級維護費：200 元 需自備電子琴與課本(課本老師可代購)
A40 空大	歡樂水墨畫班 (一學年96小時)	曾仁甫	週一 13:00-16:00 (03/02-10/19)	30	傳統水墨畫用筆技巧、色彩運用及布局藝術。
			國立空中大學臺中中心 10 樓 1008 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)		開課後依班級需要收取班費，工具材料自備或代購。
A41 空大	快樂學書法班 (一學年96小時)	陳貞惠	週三 13:30-16:30 (03/04-10/07)	30	隸書。從小作品至條幅作品等。歷代名碑曹全碑
			國立空中大學臺中中心 10 樓 1008 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)		班級維護費：200 元
A42 空大	基礎日本演歌班 (一學年96小時)	黃靖雅	週五 13:00-16:30 或 16:00 (03/06-10/30)	45	加強日語正確發音、節拍轉音、換氣等歌唱技巧及簡單會話。
			國立空中大學臺中中心 10 樓 1003 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)		建議稍具 50 音基礎 上學期:課本 400 元+伴唱機維護 50 元 下學期:課本 400 元+伴唱機維護 50 元
A43 空大	日語唱說 表演藝術班 (一學年96小時)	郭泰元	週四 14:00-17:00 (03/05-10/08)	45	唱歌學日語、日本文化習俗。搭配舞動肢體表演，盡情地演唱。
			國立空中大學臺中中心 10 樓 1003 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)		班級維護費：100 元、教材費：250 元

編號 里別	課程名稱/時數	教師	上課時間/地點	限 額	課程簡介及說明
A44 空大	河洛語 詩詞吟唱班 (一學年128小時)	陳美玉 林姿廷	週三、六 09:00-11:00 或 08:30-11:30 (03/04-10/31) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1003 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	45	河洛語發音及呼切原理，經典古文研讀、詩詞賞析、朗誦及吟唱。
			教材費：200-400 元		
A45 空大	快樂學日語班 (一學年128小時)	施妤效	週二、四 14:00-16:00 (03/03-10/29) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1001 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	40	從50音發音與日常生活句型練習到簡單的問候語和生活會話。
			班級維護費：200 元、教材費：400 元		
A46 空大	初階美語班 (一學年128小時)	李江河	週三、五 09:00-11:00 (03/04-10/28) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1001 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	50	初階生活食衣住行美語會話練習、初階旅遊美語會話練習
			班級維護費：100 元、教材費：200 元		
A47 空大	進階美語班 (一學年128小時)	李江河	週三、五 14:00-16:00 (03/04-10/28) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1001 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	50	進階生活食衣住行美語會話練習、進階旅遊美語會話練習
			班級維護費：100 元、教材費：200 元		
A48 空大	舞動青春追夢A班 (一學年64小時)	張李紓雯	週二 09:00-11:00 (03/10-10/13) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1005 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	25	芭蕾舞、民族舞蹈、有氧舞蹈、爵士舞、各族舞蹈
			開課後收取班費 300 元 若參加表演有治裝費。		
A49 空大	舞動青春追夢B班 (一學年128小時)	張李紓雯	週三、五 09:00-11:00 (03/11-11/04) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1005 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	25	芭蕾舞、民族舞蹈、有氧舞蹈、爵士舞、各族舞蹈
			開課後收取班費 300 元 若參加表演有治裝費。		
A50 空大	鄭子太極拳三十七式 (中級)班 (一學年128小時)	賴永誠	週一、四 09:00-11:00 (03/02-10/15) 國立空中大學臺中中心 11 樓 1111 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	33	中級班。每一招勢均為精髓，培養學習耐心、恆心和理論要訣。
			班級維護費：200 元 適合已學過 37 式者		
A51 空大	鄭子太極拳三十七式 (初級)班 (一學年128小時)	賴永誠	週二、五 14:30-16:30 (03/03-10/27) 國立空中大學臺中中心 11 樓 1111 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	33	初級班。每一招勢均為精髓，培養學習耐心、恆心和理論要訣。
			班級維護費：200 元 適合無 37 式基礎者		
A52 空大	金齡時光全方位 瑜珈班 (一學年128小時)	黃秀年	週三、五 14:00-16:00 (03/04-10/28) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1005 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	25	瑜珈結合療癒音樂，提升筋骨靈活度、肌力肌耐力、身心平衡
			班級維護費：200 元(分 2 期收)。 需自備瑜珈墊、兩塊瑜珈磚、瑜珈輪棒毛巾、水		
A53 空大	皮拉提斯班 (一學年64小時)	劉秀珠	週一 09:00-11:00 (03/09-11/02) 國立空中大學臺中中心 11 樓 1110 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	22	強化肌肉和呼吸效率、增加核心力量、提升肌耐力、靈活度、平衡感、協調性。
			開課後酌收班費。 自備瑜珈墊、毛巾、水壺。		

編號 里別	課程名稱/時數	教師	上課時間/地點	限額	課程簡介及說明
A54 空大	搖滾重擊班 (一學年128小時)	劉秀珠	週二、四 09:00-11:00 (03/10-10/15) 國立空中大學臺中中心 11 樓 1110 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	22	Pound Fit 結合輕量鼓棒與音樂節奏，有氧與肌力兼俱的全身訓練。 開課後酌收班費。 自備瑜珈墊、室內運動鞋(鞋底乾淨)、毛巾、水壺。
A55 空大	健身體適能班 (一學年 128 小時)	蔡亞峻	週一、四 14:00-16:00 (03/02-10/15) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1005 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	25	訓練全身肌群，同時促進肌力、心肺與柔軟度，促進健康。 班級維護費：300 元。 自備瑜珈墊、乾淨室內運動鞋、彈力帶、負重。
A56 空大	四環彈力帶 肌力體能訓練班 (一學年 64 小時)	溫珮妤	週二 14:00-16:00 (03/03-10/06) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1005 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	25	以彈力帶作為輔助，教導學員動作控制，進行肌耐力和肌力訓練。 器材自備(或請老師協助訂購)
A57 空大	中醫經絡穴道 樂活養生班 (一學年 64 小時)	陳冠語	週一 09:00-11:00 (03/02-10/19) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1002 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	50	簡易按摩、鬆筋拍打等手法(非職業或醫療手法)、中醫概念及中草藥應用等。 開課後收取書本費 150~200 元+按摩棒 150 元
A58	多元藝術創意班 (一學年 96 小時)	張天瑜 薛素貞 李印章	週二 09:00-12:00 (03/10-10/13) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1009 教室(禪繞畫/書法)、1003 教室(工筆畫) (興大路 145 號-綜合教學大樓)	30	禪繞畫、工筆畫、書法綜合課程。 1.禪繞畫材料費:\$300 元 2.工筆畫材料費:\$500 元；用具自備(可代購)、上板板材需自行購買 3.書法:請自備書法用品及文房四寶。
B59 空大	(自費班-24 小時) 進階芭蕾班 費用：1500 元	張李紓雯	週四 09:00-11:00 (03/12-05/28) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1005 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	25	進階舞蹈班。適合已學過芭蕾或有舞蹈經驗者。 開課後酌收班費。 若參加表演有治裝費。
B60 空大	(自費班-2 期共 64 小時) 鄭子太極拳三十七式 (精進)班 費用：4000 元(2 期)	賴永誠	週一 14:30-16:30 (03/02-10/19) 國立空中大學臺中中心 11 樓 1111 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	33	精進班。每一招勢均為精髓。 班級維護費：200 元 適合想精進 37 式者
B61 空大	健身強體班 (自費班-24 小時) 費用：1500 元	盧鵬宇	週一 09:30-11:30 (03/02-06/01) 國立空中大學臺中中心 10 樓 1005 教室 (興大路 145 號-綜合教學大樓)	25	專為中高年齡族群設計的健康訓練課程。肌力、核心訓練。 開課後依班級需要收取班費 課程須自備彈力帶。

115 年臺中市南區長青學苑學員報名表

請以整齊字跡填寫 (報名請攜帶身份證正本查驗及繳交報名費、學費)

*姓名(身分證)							* <input type="checkbox"/> 新生 <input type="checkbox"/> 舊生		
*身分證字號									
*出生年月日	民國 年 月 日			*身 分 別		□一般民眾 □原住民			
*法定性別	<input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 男							
*住宅電話				*行動電話					
*戶籍地址 (身分證背面地址)	臺中市 _____ 區 _____ 里 _____ 鄰 _____ 路(街) _____ 段 _____ 巷 _____ 弄 _____ 號 _____ 樓								
*通訊地址 <input type="checkbox"/> 同上	_____ 縣/市 _____ 區 _____ 里 _____ 鄰 _____ 路(街) _____ 段 _____ 巷 _____ 弄 _____ 號 _____ 樓								
*教育程度	<input type="checkbox"/> 不識字 <input type="checkbox"/> 識字(自修) <input type="checkbox"/> 小學 <input type="checkbox"/> 初(國)中 <input type="checkbox"/> 高中(職) <input type="checkbox"/> 專科/副學士 <input type="checkbox"/> 大學以上								
E-Mail或LINE ID									
*緊急聯絡人 姓名		*聯絡人 電話				*關係			
*報名資訊來源	<input type="checkbox"/> 舊生持續報名 <input type="checkbox"/> LINE群組 <input type="checkbox"/> 夾報、派報 <input type="checkbox"/> 網站 <input type="checkbox"/> 親友或同事介紹 <input type="checkbox"/> 簡章 <input type="checkbox"/> 鄰里長 <input type="checkbox"/> 紅布條/課程現場 <input type="checkbox"/> 其他								
*選課內容/辦理繳費 (*全臺中市長青學苑班級數量合併計算)									
班級排序	課程 編號	課程名稱	課程類別及時數	報名費	學費	小計			
第一班			<input type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 自費班						
第二班			<input type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 自費班						
第三班			<input type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 自費班						
總計金額							\$		
優惠 選項	<input type="checkbox"/> 65歲以上 <input type="checkbox"/> 85歲以上 <input type="checkbox"/> 身心障礙者:效期_____ <input type="checkbox"/> 仁愛之家院民 <input type="checkbox"/> 列冊低收入戶 <input type="checkbox"/> 55歲以上原住民 以上需檢附證明文件 <input type="checkbox"/> 列冊本市獨居長者(須待公所核對確認名單後給予優惠)						各班代收人 查核及簽章	<input type="checkbox"/> 身分證等證件查驗	
備註	報名者即視同同意南區公所與南區長青學苑於相關法令規定範圍內及學員資料保密措施下，為宣傳推廣或提供業務服務及課程訊息等目的，得使用本人之個人資料、課程上課照片，進行蒐集、交互運用、電腦處理及傳遞。								
經辦人查核	<input type="checkbox"/> 身分證等證件查驗 <input type="checkbox"/> 收費登錄		<input type="checkbox"/> 系統登錄/班級數查核 <input type="checkbox"/> 簽到表製作		經辦人簽名				