

老人社會大學第72屆課程表

※ 研習時間：115年7月20日至115年12月5日止，上課20週次，計40小時。

※ 研習費用：3000元，115/6/30前報名上期舊生2800元，新生2900元，115/7/1後報名一律3000元。（講義、書本及材料費另計）

※ 試聽研習費用：每學科（次）200元（適用未額滿班級）

※ 報名方式：僅接受現場報名（社大辦公室） ※ 報名時間：即日起，週一至週六9:00至17:00

※ 入學資格：年滿18歲（60歲長者優先報名），可跨區、跨縣市就讀

※ 退費轉班規定：(1)自報名後開學日前退所繳費用100% (2)開學後扣除報名之課程已上過週次退還費用，開學起至第四週前可選擇轉班（限一次）
(3)第四週以後恕不受理轉班及退費。

校本部：台北市松山區三民路35巷9號2樓 報名專線：2756-5010									
代號	班名	指導老師	上課時間	研習時間	代號	班名	指導老師	上課時間	研習時間
A01	身心營養生活智慧	賴治丞	週一 9:30 ~ 11:30	7/20 ~ 11/30	A33	肌不可失	香蕉團隊	週五 14:00 ~ 16:00	7/24 ~ 12/4
A02	美學創作~山水畫	李叔修			A34	瑜珈	蔡慧玲		
A03	日本語中級	劉玉燕			A35	手機主題班 (12週3000元)	智樂活 團隊	週五 13:20 ~ 15:20	5/8 ~ 7/31
A04	勁歌金曲~國、台語歌曲教唱	莊 瓊	週一 13:30 ~ 15:30		A36	手機應用紮根班 (12週3000元)		週五 15:30 ~ 17:30	8/7 ~ 11/6
A05	生活日語(上)	劉玉燕	週一 13:00 ~ 15:00		A37	瑜珈	蔡慧玲	週六 10:00 ~ 12:00	7/25 ~ 12/5
A06	樂肌勇骨	香蕉團隊	週一 14:00 ~ 16:00		A38	田園城市	陳勝國等 師資群		5/30 ~ 8/8
A07	水墨花鳥國畫	陳鳳珠	週一 13:30 ~ 15:30		A39	探索 AI 手機應用 (12週3000元)	蕭民揚		8/15 ~ 11/21
A08	全身複合式訓練~活化全肌齡	何杰勳	週二 9:30 ~ 11:30	7/21 ~ 12/1	A40	花漾手作~拼布 (13週2000元)	陳月滿	週六 13:30 ~ 15:30	6/6 ~ 8/29
A09	塑身美體~皮拉提斯	林儀雯	週二 10:00 ~ 12:00		A41	唸歌仔唱戲班 (10週2000元)	康素慧	週六 14:00 ~ 16:00	9/12 ~ 12/19
A10	輕鬆溜英文	葉美君	週二 9:30 ~ 11:30		新課程推薦				
A11	油畫	張文君	週二 10:10 ~ 12:10		A42	英語輕鬆學(基礎)	馬凱樂	週一 15:20 ~ 17:20	7/20 ~ 12/14
A12	東洋演歌~日語歌曲教唱	莊 瓊	週二 12:00 ~ 14:00		A43	好玩有趣日文50音 快速圖像記憶	簡若安	週一 16:00 ~ 17:30	每期6堂課~ 費用1000元
A13	延緩計劃~動動健康 (每期12週)	香蕉團隊	週二 13:30 ~ 15:30		A45	排舞基礎班 費用1500元	李慧淑	週二 13:00 ~ 14:00	7/21 ~ 12/1
A14	快樂玩攝影	周兆志	週二 14:00 ~ 16:00		A46	合一禪舞慢運動	辰合文化團隊	週三 12:30 ~ 14:00	7/22 ~ 12/2
A15	素描	張文君	週二 14:10 ~ 16:10	A47	延緩專班~憶起生活 (每堂300元)	專業團隊	週三 14:00 ~ 16:00	7/1 ~ 9/30	
A16	排舞	李慧淑		A48	郵輪旅遊賞析	劉翠華	週三 16:00 ~ 18:00	10/7 ~ 12/30	
A17	外丹功~清潔費800元	魏海明		週三 9:00 ~ 10:30	A49	能量健走	Andy 團隊	週五 8:00 ~ 10:00	7/22 ~ 12/2
A18	勁歌金曲~ 國、台語歌曲教唱	莊 瓊	週三 9:30 ~ 11:30	宏國校區：台北市光復北路191號B1 報名專線：2760-9339 合辦單位：財團法人林堉琪先生紀念基金會					
A19	肌球樂	香蕉團隊	週三 10:30 ~ 12:30	7/22 ~ 12/2	B01	身心營養與經絡 保健實用班	賴治丞	週二 9:30 ~ 11:30	8/4 ~ 12/15
A20	歌唱技巧班	游湜芸	週三 13:30 ~ 15:30		B02	河洛易經姓名學	簡若安		
A21	輕鬆學攝影	周兆志	週三 14:00 ~ 16:00		B03	歷史古蹟走讀	李明昆		
A22	瘦身排舞	周明璋	週四 9:30 ~ 11:30	7/23 ~ 12/3	B04	肌力~UPUP (每堂200元)	香蕉團隊	週三 9:30 ~ 11:30	8/5 ~ 12/16
A23	身心營養與經絡保健實用班	賴治丞	週四 10:00 ~ 12:00		B05	甲骨文	沈 愷		
A24	探索台灣~跟我去旅行	程嘉華			B06	書法	李增謀		
A25	吃喝玩樂學英文	魏彩密	週四 13:30 ~ 15:30		B07	中國傳統養生保健	李慶隆 張耀文	週四 9:30 ~ 11:30	8/6 ~ 12/17
A26	西洋歌曲快樂頌	盧韻竹	週四 13:30 ~ 15:30		B08	紫微斗數	簡若安		
A27	神采歌唱	游湜芸			B09	花藝設計	中華花藝協會		
A28	肌力延展~肌有力、筋有力	林伶利	週五 9:30 ~ 11:30		7/24 ~ 12/4	B10	易天華~養生與運動	林笑容 司徒萍	週五 9:30 ~ 11:30
A29	瑜珈	蔡慧玲		B11		自然生態旅遊	李明昆		
A30	東洋演歌~日語歌曲教唱	莊 瓊		B12		陶笛	張 群		
A31	脊椎與四肢關節保健養生	黃國棟		B13		傳統民俗調理保健	李慶隆	週五 10:00 ~ 12:00	每期6堂課~ 學費1500元
A32	大台北走讀文史(戶外課上午 /室內課下午上課)	林 壑		B14		手機應用教學(每堂 課250元/共計10週 2500元)	智樂活團隊	週二 10:00 ~ 12:00	8/18 ~ 10/20 10/27 ~ 12/29

南京校區：台北市南京東路5段29號3樓 報名專線：2756-5010 合辦單位：世界潘氏宗親總會					健康校區：台北市健康路317號 報名專線：2756-5010				
代號	班名	指導老師	上課時間	研習時間	代號	班名	指導老師	上課時間	研習時間
C01	瑜珈	蔡慧玲	週一 13:30 ~ 15:30	7/20 ~ 11/30	N16	有氧肌力 (每堂 200 元)	香蕉團隊	週一 10:00 ~ 11:30	7/6 ~ 9/21 10/5 ~ 12/28
C02	樂活瑜珈 (學費 2400 元)	蔡慧玲	週二 10:00 ~ 11:30	7/21 ~ 12/1	士林校區：台北市士林區華聲街17號5樓之11 報名專線：2831-0017 / 2831-0027 ※ 研習時間：115 年 7 月 6 日至 115 年 12 月 31 日止，上課 25 週次，計 50 小時				
C03	瑜珈	蔡慧玲	週二 13:30 ~ 15:30		代號	班名	指導老師	上課時間	研習時間
華山校區：台北市忠孝東路1段150號2、3樓 報名專線：3322-1667 合辦單位：華山開心教室					H01	外丹功~僅收清潔費	台北市 外丹功學會	週一 8:20 ~ 09:50	7/6 ~ 12/28
J01	紓壓禪繞畫	吳珊儀	週一 9:30 ~ 11:30	7/20 ~ 11/30	H02	能量健走 (24 週 3600 元)	Andy 團隊	週一 10:00 ~ 12:00	
J02	經典西洋歌曲教唱	盧韻竹	週一 13:30 ~ 15:30		H03	簡易速寫 (24 週 3600 元)	高燕莉	週一 10:00 ~ 12:00	
J03	手機應用教學 (每堂課 250 元/ 共計 12 週 3000 元)	智樂活 團隊	週二 10:00 ~ 12:00	7/7~9/29 10/6~12/29	H04	書法 (24 週 3600 元)	李增謀	週一 13:30 ~ 15:30	
J04	太極神武功 養生運動	楊美玉	週三 9:30 ~ 11:30	7/22 ~ 12/2	H05	大腦保健實作班 (12 週 1500 元)	玉嬌團隊	週一 15:10 ~ 16:40	
J05	勁歌金曲~ 國、台語歌曲教唱	莊 瓊	週四 9:30 ~ 11:30	7/23 ~ 12/3	H06	烏克麗麗 (12 週 2400 元)	蔡依倫	週一 13:00 ~ 15:00	
J06	西洋歌曲快樂頌	盧韻竹	週五 10:00 ~ 12:00	7/24 ~ 12/4	H07	舒緩瑜珈 (26 週 3100 元)	廖瑞美	週二 9:20 ~ 10:20	
J07	歡樂色鉛筆繪畫	張文君			H08	舒緩瑜珈 (26 週 3900 元)		週二 10:30 ~ 12:00	
中山校區：台北市新生北路2段101巷2號 報名專線：2756-5010 合辦單位：中山老人住宅中心					H09	傳統民俗養生保健~ (12 週 2400 元)	李慶隆	週二 10:00 ~ 12:00	7/7 ~ 9/29 10/13 ~ 12/29
G01	華陀五禽之戲	林群超	週五 9:30 ~ 11:30	7/24 ~ 12/4	H10	陳式太極拳 (26 週 3900 元)	陳群峰	週二 13:30 ~ 15:30	7/7 ~ 12/29
悅齡學苑：台北市松山區三民路35巷9號2樓(夜間課程/小班級) 報名專線：2756-5010 合辦單位：老人社會大學					H11	日本語基礎 & 日歌教唱 (26 堂 3900 元)	陳立峰	週三 10:00 ~ 12:00	7/8 ~ 12/30
N01	伸展瑜珈 (每堂課 200 元)	廖瑞美	週一 19:00 ~ 20:30	7/6 ~ 9/21 10/5 ~ 12/28	H12	東洋演歌 (26 週 3900 元)	郭沛青		週三 13:30 ~ 15:30
N02	日本語初級 (每堂課 200 元)	陳立峰	週二 8:30 ~ 10:00	7/7 ~ 9/29 10/6 ~ 12/29	H13	歷史古蹟走讀 (20 週 3000 元)	李明昆	週三 15:40 ~ 17:10	
N03	脊骨關節 自我保健運動 (每堂課 200 元)	黃國棟 劉可維	週二 14:30 ~ 16:30		H14	樂鈴腦力覺醒 (6 堂 1500 元)	易思腦團隊		週三 13:20 ~ 15:20
N04	快樂學日本語 (每堂課 200 元)	陳立峰	週三 8:30 ~ 10:00	7/1 ~ 9/30 10/7 ~ 12/30	H15	刮痧、拍痧養生保健 (6 堂 1200 元)	李慶隆	週三 15:30 ~ 17:30	
N05	輕鬆學日本語 (每堂課 250 元)		週三 10:00 ~ 12:10		H16	延緩計劃~動動健康 (每期 12 週)	香蕉團隊		廖俊偉
N06	彩筆遊蹤~水彩 (每堂課 300 元)	簡來喜	週三 9:30 ~ 12:30	H17	肌活 (26 週 3900 元)	廖俊偉		週三 15:30 ~ 17:30	
N07	皮拉提斯 (每堂課 200 元)	陳雅婷	週三 14:30 ~ 16:00	7/9 ~ 12/31	H18	玩賞易經一生受用~ 易經之旅 (26 週 3900 元)	廖俊偉	週四 10:00 ~ 12:00	7/9 ~ 9/24
N08	日本語進階 (每堂課 250 元)	陳立峰	週三 19:00 ~ 21:00		H19	認識易經 (26 週 3900 元)	廖俊偉		週四 13:30 ~ 15:30
N09	AI 手機應用教學 (每堂課 250 元)	蕭民揚	週三 20:00 ~ 21:30	7/9 ~ 12/31	H20	歌唱技巧 (26 週 3900 元)	游溪芸	週四 10:00 ~ 12:00	
N10	皮拉提斯 (每堂課 200 元)	陳雅婷	週三 10:00 ~ 12:00		H21	AI 創意教學 (12 週 3000 元)	核果學苑		週四 13:30 ~ 15:30
N11	小品花藝 (每堂課 250 元)	陳季享 陳季青	週四 14:00 ~ 16:00	每期八週 費用： 2000 元	H22	飛揚歌唱 (26 週 3900 元)	郭沛青	週四 13:30 ~ 15:30	
N12	歐式花藝 (每堂課 250 元)		週四 14:00 ~ 16:00		H23	手機基礎紮根班 (12 週 3000 元)	智樂活團隊		週五 8:20 ~ 09:50
N13	烏克麗麗 (每堂課 300 元)	ZHAN	週五 14:00 ~ 16:00	7/3 ~ 9/18 10/2 ~ 12/18	H24	外丹功~僅收清潔費	台北市 外丹功學會	週五 10:00 ~ 12:00	
N14	陳氏太極拳 (每堂課 300 元)	陳群峰	週五 19:00 ~ 21:00	H25	排舞 (22 週 3300 元)	李慧淑	週五 13:30 ~ 15:00		
N15	陳氏太極拳(A)(B) (每堂課 250 元)	陳群峰	週六 13:30 ~ 15:00 15:30 ~ 17:00	7/4 ~ 9/19 10/3 ~ 12/19	H26	日本語 (22 週 3300 元)		劉玉燕	週五 15:10 ~ 16:40
					H27	肌優班	香蕉團隊	週五 13:30 ~ 15:00	
					H28	肌智班			週五 15:10 ~ 16:40
					H29	西洋歌曲教唱	盧韻竹	週五 13:30 ~ 15:30	



LINE 社群



老人社會大學粉絲團



老人社大官網