

 **夏　季　講　座**

活動時間：108年06月11日(星期二)09:30-15:30

活動地點：700台南市中西區中正路5巷1號(台南市中西區圖書館)

參加對象：有興趣之民眾，不限年齡及男女，皆可報名。

課程內容：

上午場:09:30~12:00

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 女人我最大:【妳愛自己嗎?】 | 主講人:  | 藍瑤倩(貝貝媽咪) |
| 引言：女人唯一要做的就是多爱自己，爱自己的容颜，爱自己的个性，爱自己的生活，爱自己的事业，爱自己可以完全做自己的自由。 |
| 下午場:13:00~15:30 |  |  |
| 嬰幼兒動能知覺瑜珈 | 主講人: | 魯承慧 |
|  | 讓寶寶經由　設計過的動作　發展感覺統合、平衡感身體覺、肌肉關節覺參考網址：[#DS寶寶動能知覺瑜珈](https://www.facebook.com/hashtag/ds%E5%AF%B6%E5%AF%B6%E5%8B%95%E8%83%BD%E7%9F%A5%E8%A6%BA%E7%91%9C%E7%8F%88?source=feed_text&epa=HASHTAG&__xts__%5B0%5D=68.ARArFA_NI1hIjVFGR4JQ5aiPr4TqTFlRLb5296uH2w9Bz1ba4hxEQjEJ6Mx906lmQnT7sN0dHT9O3ktwftzpEgEmZPvgOzBaj6UTwUF5qAwrz9DOL0MO2MWpQPB2YXbiNP73HeBcJBjUrjjvQ8lvJs77VXkyIr4XSvNnYv2CcMLX7vieKmTYwHu1a0WN7jyzZbMHxgzhTVZcP2ZhsxDH38YNdTW-og5PUVIDo_itEPRvumzdbzkV2ITBk3QV490eUkzSKWy-K1FJqxNXGO1VoqlUttTlMaNv9ZdWWQyNx_-fyWFd0Xx0SGH4Pig-RvEZsTypL6WtzqX8r5rJRcSvEPoVeA&__tn__=*NK-R)[https://nuturer03.pixnet.net/…/217164309-%E3%80%90%E4%BA%BA…](https://nuturer03.pixnet.net/blog/post/217164309-%E3%80%90%E4%BA%BA%E5%88%9D%E5%8D%83%E6%97%A5%E3%80%91%E7%B3%BB%E5%88%97%EF%BC%9A%E9%81%8B%E5%8B%95%E8%88%87%E5%A4%A7%E8%85%A6---ds%E5%AC%B0%E5%B9%BC%E5%85%92%E5%8B%95)[https://www.beclass.com/m/rid=224152b5cd145a53749d](https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.beclass.com%2Fm%2Frid%3D224152b5cd145a53749d&h=AT0gK592__7WmvZxNz1xHavM_IyFIsYmPa2SlcXk9UYCfmfwPOWyFVI-M75IYZMf5UhMbDsqUBCUnm-7kvFU4oUaDd8zyej42-0F7phRVBuxPixBivioks2h58NbIufaPB3v7QULABf5gLJ748PoCucdstP61zKLhdKwe4Rjqye9EqxY1gqEIeehhNjFxuQ13PMA9bSRfFHKIVXPdYPrsxD-uzOxuvtkajdBJH8X1Rht38jZrEK0_rHcE3l8A4_fWg75gZXNHFkQbCQGJcOEx-5LV_2ymXDJR9ABnQRQNM8Y8JiXg8iWfvrGcK22pPqOr7FxC0EU5RxWim9xztaC6Dn46O-MNLw23gO9I7kG7SKYp0G182knm934H7nXBv784URUqqIHi-7rfScyJRikxshZAzlchnNp36Yk6sNmdx6hZ0toTRe2tHdhn9oBCGpZSou-7NrrN-U6kmAjVf6-WB2_H3eBkrpMmzFPIwtjfcK6HDnu6HyaTe0z0p3S1GM0XH1y4J8D_ux8HXZ_WsUwDF_oQDwrsSsRqKf5STsrkjllTFP9MY2rMTkvDcbaLskbdNAKqao7SSc8J1STcpTPhQDuvc3SSFMAN6IfK54WL7YhaBAad16k7XnkYd6LUxpr4C7z9AxLw0sSeRxAWRqq4w) |

相關事項：

1. 上下午場可別報名，並請於報名時勾選適當的選項。
2. 當天午餐需自備,或可代訂便當。
3. 自備物品：

上午場次的民眾，請自行攜帶一面鏡子，大小不拘，可以看到自己的全臉。

下午場次的民眾，請可帶兩歲以下的嬰幼皃參加，並請自行準瑜珈墊或野餐墊。若沒有要帶嬰幼兒參加的民眾，可攜帶有手、腳的玩偶亦可。

1. 因場地有限，故有限額25名，為向隅　請提早報名。