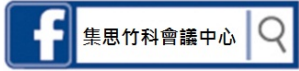


# 科技生活館/我在集思的學習旅程

111年07月04日~111年08月30日



※ 上課地點:科學園區科技生活館/東區工業東二路1號  
洽詢電話: 03-577-9191分機313 李小姐

歡迎掃描查詢和報名課程

課程		課程簡介	費用	師資
單堂課程	單堂午間運動	專為忙碌的妳量身打造，再也不用因為沒空而錯過運動了!只要在上課日期前三天預約課程，完成繳費，就可以讓你輕鬆擁有美麗與自信囉! 《限指定課程,請洽詢03-5779191分機313》	250/堂	當堂教師
	單堂晚間運動		280/堂	
投資理財	實境分析與持股診斷 7/5~8/23 每週二19:00~20:00，共八週 <span style="background-color: #f8d7da; padding: 2px;">線上課程</span>	課程著重實務投資面向，與面授課程著重投資理論有所區別，不僅可輔助面授學員的學習，更可吸引廣大喜好投資實務的學員。每周大盤走勢分析、實境應用分析、學員持股診斷。 ※適合:已上過存股法或法人操盤的學員報名。 ※課程採Google meet 線上教學。	1900	劉孟岳老師
	股市投資獲利奧秘 7/7~8/18 每週四19:00~21:00，共七週	課程包含教授股市技術分析和每週分享國際政經情勢，讓學員捉住趨勢脈動，做到風險控管，持盈保泰，透過課程分享逐步養成學員具備【投資證券市場】的實作能力，有助於學員建立專業投資觀念，提高股市獲利能力。 第一堂:介紹K線的構成與單一K線的意義以及實用技巧。 第二堂:介紹多根K線的意義以及實用技巧。 第三堂價量合判:介紹K線與成交量的理論基礎。 第四堂葛蘭碧八大法則:介紹葛蘭碧八大法則的理論基礎。 第五堂財報淺論:介紹基本財務比率分析選擇優質企業。 第六堂了解如何跟隨趨勢:以道氏理論導入趨勢分析，進而能夠分辨各類趨勢。 第七堂觀盤與操盤技巧:觀盤不是只看股價跳動，其實盤面透露許多投資，此單元引領學員解讀盤面，看懂盤勢，進而發現正確的買賣點。 ※適合:追求研究技術分析的投資大眾，以及深入了解如何建立操作策略應用於股市實戰的學員。	2500	游博新老師
	斜槓人生財務先修班 7/7~8/25 每週四19:00~21:00，共八週	你的斜槓人生開始了嗎？創業當老闆有可能嗎？不管你的答案為何，機會總是留給準備好的人；這門財稅先修課涵蓋了剛起步時的商業架構選擇、踏入營運時的財稅日常作業、以及進化版的績效管理；這些專業大小事，看似很難，其實卻都是可以預先規劃；已點燃的創業魂，就要讓他繼續熊熊燃燒！ 第一堂:商業組織的選擇、公司設立流程簡介。 第二堂:勞動法令-勞保、健保及勞工退休金。 第三堂:企業之共通語言-由會計循環到財務報表。 第四堂:不可不知的稅務-扣繳、營業稅、營利事業所得稅、暫繳。 第五堂:租稅優惠及稅務規劃-投資抵減、房地合一稅、遺贈稅。 第六堂:營運績效管理-核決權限之制定、預算編製、資本支出規劃、管理報表、KPI。 第七堂~第八堂:公司治理-董事會及股東會之運作。 ※ 學員需自備筆、筆記本或筆電。	2800	李淑雯老師
午間運動	核心流動瑜珈 7/4~8/22 每週一12:10~13:10，共八週	以適度溫和的方式訓練身體肌力，從背部、腹部到骨盆處，結合串連的瑜珈動作（如：拜日式、平板式等），搭配鼻子吸氣，嘴巴吐氣的固定調息，喚醒深層肌肉，使身體與心靈運作活絡起來，達到增加肌耐力，以及燃燒脂肪的效果。《請自備瑜珈墊、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	1800	Summer

午 間 運 動	<b>UAT全方位體能訓練</b> <b>7/5~8/23</b> 每週二 12:10~13:10 · 共八週	UAT是結合系統性、運動性和趣味為一體的全新運動體驗，可幫助其增強運動體質，更全面提升運動表現，集有氧、肌力與協調性合一，由通過官方考核與認證的老師執課，帶您感受體適能提升的美好！《學員請穿著輕便有彈性的服裝》	1800	Carol
	<b>曲線雕塑</b> <b>7/5~8/30 (8/2休)</b> 每週二 12:10~13:10 · 共八週	除了延伸與柔軟的訓練外，並大幅增加核心肌群的強度，讓身體線條緊實之餘更能發揮身體最大能力。課程尾聲有大放鬆可以把身體的疲勞全部交給地板釋放出去，讓大家在在上完課都能全新出發。 《請自備瑜珈墊、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	1800	群霏 舞蹈 工作室
	<b>享瘦墊上核心</b> <b>7/6~8/24</b> 每週三 12:10~13:10 · 共八週	由瑜伽及皮拉提斯組成一連串的訓練活動，從核心肌群出發，進而達到全身肌肉的強化，同時也慢慢提升身體的柔軟度與平衡，讓身體更加安定，同時加強專注力，可以改善姿勢，讓線條變得更優美。 《請自備瑜珈墊、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	1800	Angel
	<b>伸展瑜珈</b> <b>7/6~8/24</b> 每週三 12:10~13:10 · 共八週	藉由緩和、簡單的瑜珈體式，改善辦公室族群常見的肩頸僵硬、姿勢不良等症狀。透過瑜珈的方式，與自我產生更多連結，舒展身體的緊繃，進而改善全身循環，深度感受舒緩平衡與放鬆。 《請自備瑜珈墊、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	1800	Sasha
	<b>Zumba有氧(午)</b> <b>7/6~8/24</b> 每週三 12:20~13:20 · 共八週	以拉丁舞步為基礎，透過簡單的分解動作，以及循序漸進的帶動，每個人都可以自在地跟隨熱情洋溢的拉丁音樂擺動，展現自信、享受熱舞的快感，同時達到健身效果。 《請自備鞋底乾淨運動鞋到教室替換、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	1800	Ariel
	<b>舞太極-導引藝術(午)</b> <b>7/7~8/25</b> 每週四12:10~13:10 · 共八週	「舞太極-導引藝術」~是最優美的太極養生藝術。 「導引」為「引體」「導氣」，藉引導身體配合呼吸走螺旋運動，肢體動作伸展如舞。除鬆透身體九大關節與延展筋膜，在舞動中靜心內觀，身體的盈縮、開闔隨著一呼一吸如水般緩緩靜靜流動，慢慢地身體的空間打開了，心的空間也清晰了。《學員請穿著輕便有彈性的服裝》	1800	沈芳如 老師
	<b>滾輪瑜珈</b> <b>7/7~8/25</b> 每週四12:10~13:10 · 共八週	滾輪風靡國內外，原因就是利用滾輪的特性幫助自己緊繃的肌肉放鬆或是將沾黏的筋膜分離。健康的筋膜可以靠伸展達到效果但受過傷的結疤組織或長期發炎的肌肉都會造成筋膜沾黏而無法正常伸展導致患部的不適或更嚴重的後果，利用瑜珈滾輪的滾動配合角度將患部疏通，增加循環有利細胞修復，讓身體自療能力發揮。動作簡單，不限年齡，讓你輕鬆上手享受美麗健康。 《需自備瑜珈墊、瑜珈滾輪1支，老師可代購滾輪，請於報名時告知》	1800	群霏 舞蹈 工作室
	<b>養生瑜珈</b> <b>7/8~8/26</b> 每週五12:10~13:10 · 共八週	藉由這套基於體位法而生的能量Yoga課程，帶大家整套學習達到更深層感受自我身心的方式，進而調整身體各器官的功能，恢復身體自然的循環。 《請自備瑜珈墊、瑜珈磚2顆、伸展帶1條、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	1800	月米 老師
	<b>高強度體能燃脂強肌</b> <b>7/8~8/26</b> 每週五12:10~13:10 · 共八週	儘管再忙再累，也不能放任體態橫向發展！想要練出完美體態，從現在開始認真做。高強度的體能訓練，鍛鍊核心肌力，強化心肺能力，讓您的身體平衡穩定，提升代謝功能，燃燒脂肪，體態雕塑讓身體更健康，提升免疫力。 《請自備瑜珈墊及穿著輕便有彈性的服裝》	1800	章魚 老師
晚 間 運 動	<b>美體雕塑</b> <b>7/4~8/29 (8/1休)</b> 每週一 17:40~18:40 · 共八週	存肌本.....雕塑線條的同時，也保留我們健康的資本。 訓練核心肌群，再帶到全身的運動方式，因此能夠雕塑平坦小腹，打造美背翹臀，緊實雙腿和手臂的曲線，讓妳不僅瘦，還有超美的線條。 《需自備瑜珈墊、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	2000	群霏 舞蹈 工作室

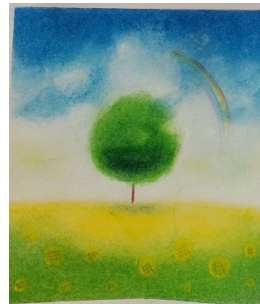
晚 間 運 動	<b>皮拉提斯</b> 7/4~8/22 每週一 18:00~19:00 · 共八週	皮拉提斯是一種全身的鍛鍊運動，透過控制、核心、呼吸、專注、精確、流暢等6大原則設計動作，著重於鍛鍊核心肌群，可達到雕塑身體線條、訓練平衡感、增加柔軟性等效果。《請自備瑜珈墊、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	2000	Sumensa
	<b>健康瑜珈</b> 7/4~8/22 每週一18:50~19:50 · 共八週	含腹式呼吸，冥想體位法，兼具美容祛病、雕塑體態、伸展拉筋、加強心肺功能，達到減重塑身及恢復苗條健康的功效並忘卻工作壓力、煩惱，達到全然的放鬆。《請自備瑜珈墊、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	2000	月米老師
	<b>基礎瑜珈</b> 7/4~8/22 每週一19:30~20:30 · 共八週	無論你是初學者、身體僵硬、或腰背肩頸酸痛的人，歡迎你從基礎瑜珈開始練習。簡單的瑜珈動作，正確的體位法練習，找到身體的正位，改善不良姿勢，循序漸進的伸展筋骨。另外，透過呼吸及意念導引，以正確安全方式，深入淺出的練習，感受全身肌肉筋骨由內而外的舒暢，有效舒緩頸部痠痛、肩頸緊張、腰酸背痛等困擾。《請自備瑜珈墊、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	2000	Amy
	<b>墊上核心訓練</b> 7/4~8/22 每週一20:10~21:10 · 共八週	墊上核心訓練結合瑜珈，皮拉提斯的調節運動，可提高全身肌肉的強化，柔軟度與平衡，將重點置於身體軀幹，以培養身體核心肌群安定的力量，透過組合流暢的活動身體，對於改善姿勢，呼吸，調整體線有幫助，增進健康，且可以依照參與者不同的體能狀態進行調整。 《請自備瑜珈墊、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	2000	Angel
	<b>舒緩瑜珈提斯</b> 7/5~8/23 每週二17:20~18:20 · 共八週	上班族久坐，難免腰酸背痛，加上運動過少，健康情況更是每況愈下，久而久之，脊柱壓力過大，怎麼坐著站著也不舒服。 這是一個以接觸瑜珈體位，深度延展及放鬆身體，並結合皮拉提斯強化核心和手臂。針對上班族久坐而衍生的身體小病小痛去舒緩。適合任何程度。 《學員請自備瑜珈墊、瑜珈磚2個、毛巾和穿著輕便有彈性的服裝》	2000	焯晴老師
	<b>流動瑜珈</b> 7/5~8/23 每週二 18:30~19:30 · 共八週	流動瑜珈是一堂非基礎的瑜珈課程，首先要理解每個動作的基礎，順暢的跟隨呼吸，讓呼吸與體位法節奏一致，透過流暢連貫的動作找到自己內在能量的節奏，感受能量自然在體內流動，可強化心肺功能、提升覺知，在挑戰身體和心智的同時，幫助心靈全面釋放，課程體位法轉換動作的速度會比一般瑜珈課程快，適合理解瑜珈體位名稱和有基礎的朋友。 《學員請自備瑜珈墊、瑜珈磚2個、毛巾和穿著輕便有彈性的服裝》	2000	
	<b>高強度體能燃脂強肌</b> 7/5~8/23 每週二18:00~19:00 · 共八週	儘管再忙再累，也不能放任體態橫向發展！想要練出完美體態，從現在開始認真做。高強度的體能訓練，鍛鍊核心肌力，強化心肺能力，讓您的身體平衡穩定，提升代謝功能，燃燒脂肪，體態雕塑讓身體更健康，提升免疫力。 《請自備瑜珈墊及穿著輕便有彈性的服裝》	2000	章魚老師
	<b>燃脂拳擊</b> 7/5~8/23 每週二19:40~20:40 · 共八週	拳擊有氧是全身性的訓練，可鍛練爆發力、心肺、增強肌耐力，也可快速燃脂，跟著老師把你全身的能量釋放出來，喚醒你沉睡的肌肉與平日累積的壓力，讓你舒壓之餘還能擁有好身材。 《請自備鞋底乾淨運動鞋到教室替換、毛巾及穿著輕便的服裝》	2000	Summer
	<b>MV熱舞</b> 7/5~8/23 每週二19:40~20:40 · 共八週	透過韓國及美式歌曲來學習歌曲內的MV舞蹈動作，以獨有的教學方式讓你輕鬆沒壓力的學會MV舞蹈，秀出個人舞蹈魅力，還能達到有氧運動的訓練喔~ 《請自備鞋底乾淨運動鞋到教室替換、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	2000	庭瑜老師
	<b>舞動有氧</b> 7/6~8/24 每週三 17:50~18:50 · 共八週	以有氧基礎步伐，跟著音樂節奏，加上簡單的動作提高心肺呼吸，近而強化體適能，課程中簡單的全身性肌力訓練，在有氧和無氧運動交替中，讓身型雕塑更快速！ 《請自備鞋底乾淨運動鞋到教室替換、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	2000	

晚 間 運 動	<b>iPARTY</b> <b>7/6~8/24</b> 每週三 18:20~19:20 · 共八週	從「我」開始，把歡樂從中心擴散到團體，讓所有來參與iPARTY運動的人，都能感受到派對氣氛，課程將流行音樂結合基礎有氧步型，使每個人都能輕鬆記住動作結合多種舞蹈元素及律動，這是一門人人都適合的課程，"愛"PARTY，讓運動就像開派對一樣輕鬆有趣好玩！ 《請自備鞋底乾淨運動鞋到教室替換、毛巾及穿著輕便有彈性的服裝》	2000	Yana
	<b>Zumba有氧(晚)</b> <b>7/6~8/24</b> 每週三19:00~20:00 · 共八週	以拉丁舞步為基礎，透過簡單的分解動作，以及循序漸進的帶動，每個人都可以自在地跟隨熱情洋溢的拉丁音樂擺動，展現自信、享受熱舞的快感，同時達到健身效果。《請自備鞋底乾淨運動鞋到教室替換、毛巾及穿著輕便的服裝》	2000	Ariel
	<b>肚皮舞</b> <b>7/6~8/24</b> 每週三19:30~20:30 · 共八週	神秘的舞蹈，肢體豐富的感情流露，從肚子、肩膀、臀部、大腿的抖動，上半身與下半身的肌群分解舞動，訓練肚子的靈活度，收放自如，大腿變得更緊實，讓身形變得更加優美，線條更明顯，隨著音樂的擺動，在在散發著無法擋的魅力，讓你擁有自信與美麗。 《請穿合身、有彈性的服裝，也可穿肚皮舞練習服》	2000	小蓮老師
	<b>綜合瑜珈提斯</b> <b>7/6~8/24</b> 每週三 20:10~21:10 · 共八週	介紹瑜珈基本觀念：腹式呼吸法瑜珈體位及平衡跟核心訓練，墊上伸展增加身體柔軟度，促進血液循環及新陳代謝。 《請自備瑜珈墊，老師會提供瑜珈球、瑜珈磚或瑜珈繩當輔具》	2000	Amy
	<b>肌力核心球</b> <b>7/7~8/25</b> 每週四17:40~18:40 · 共八週	小型抗力球為常見的運動輔助器材，正確的運用可增加運動的有效性。動作融入瑜珈、皮拉提斯、體適能運動科學概念，律動四肢、伸展脊椎，完成連串性、漸進性的組合動作，達到訓練腹、背部核心肌群及增加全身性肌肉的強化、柔軟度，進而提升安定脊椎、平衡軀幹之力量。非常適合想要雕塑曲線、端正體態、改善身體機能及釋放壓力的您！ 《請自備瑜珈墊、瑜珈球、瑜珈磚或瑜珈繩》	2000	佳韻老師
	<b>腹肌核心養成</b> <b>7/7~8/25</b> 每週四17:45~18:45 · 共八週	除了延伸與柔軟的訓練外，以高強度間歇運動大幅增加上下腹及側腹部的核心肌群強度，讓身體腹部線條緊實之餘更能發揮身體最大能力。課程尾聲有大放鬆可以把身體的疲勞全部交給地板釋放出去，讓大家在在上完課都能擁有線條及滿滿元氣。《學員請自備瑜珈墊、毛巾和穿著輕便有彈性的服裝》	2000	小V老師
	<b>舞太極-導引藝術(晚)</b> <b>7/7~8/25</b> 每週四19:00~20:00 · 共八週	「舞太極-導引藝術」~是最優美的太極養生藝術。 「導引」為「引體」「導氣」，藉引導身體配合呼吸走螺旋運動，肢體動作伸展如舞。除鬆透身體九大關節與延展筋膜，在舞動中靜心內觀，身體的盈縮、開闔隨著一呼一吸如水般緩緩靜靜流動，慢慢地身體的空間打開了，心的空間也清晰了。《學員請穿著輕便有彈性的服裝》	2000	沈芳如老師
	<b>哈達瑜珈</b> <b>7/7~8/25</b> 每週四 19:00~20:00 · 共八週	以哈達瑜珈為基礎，帶動身體完整的伸展，姿勢延展可消除肌肉的僵硬和緊張感，本課程適合初學者參與，特別是工作長時間久坐的上班族，可有效排解壓力及舒緩全身的緊繃。 《學員請自備瑜珈墊、毛巾和穿著輕便有彈性的服裝》	2000	Amy
	<b>高強度體能燃脂強肌</b> <b>7/7~8/25</b> 每週四 20:10~21:10 · 共八週	儘管再忙再累，也不能放任體態橫向發展！想要練出完美體態，從現在開始認真做。高強度的體能訓練，鍛鍊核心肌力，強化心肺能力，讓您的身體平衡穩定，提升代謝功能，燃燒脂肪，體態雕塑讓身體更健康，提升免疫力。 《請自備瑜珈墊及穿著輕便有彈性的服裝》	2000	章魚老師

語言學習

<p><b>西班牙語基礎班</b> 7/5~8/23 每週二19:00~21:00， 共八週</p>	<p>以師生互動為主軸，利用課堂上教授之句型、短篇對話及基礎語法讓同學兩兩一組練習，以便加強學生說、聽、讀之基礎西語能力。 第一堂:西文字母讀音、拼音、重音規則。 第二堂:複習字母及重音規則、單字發音練習、表達及詢問姓名、國家名。 第三堂:表達及詢問國籍、居住城市、語言的說法。 第四堂:表達會/不會說一種語言、綜合句型練習、短篇對話。 第五堂:數字、詢問對方的手機號碼、e-mail。 第六堂:表達及詢問家庭成員、婚姻狀態、綜合句型練習、短篇對話。 第七堂:描述人的外型 and 個性。 第八堂:表達嗜好、興趣。 ※ 老師提供講義。※ 學員需自備筆、筆記本。 ※ 適合: 想從發音開始學習的初學者。</p>	<p>2800</p>	<p>台籍 馮老師</p>
<p><b>德文發音班</b> 7/12~8/30 每週二19:00~21:00， 共八週</p>	<p>德文是靈活的語言，老師以融會貫通的方式，從介紹德文的基本，搭配生動的圖片及反覆口語練習，使學習充滿樂趣，讓您說德文更流利。 ※課程使用教材「Schritte international Neu 1 (A1.1) - Kursbuch」及 Schritte德中對照字彙本。學員皆需自備課本，老師可代購，請於第一堂課告知老師並繳交費用。 ※適合:想從字母和發音開始學習的初學者。</p>	<p>2800</p>	<p>台籍 溫老師</p>
<p><b>德文發音班</b> 7/6~8/24 每週三19:00~21:00， 共八週</p>	<p>課程以輕鬆活潑的方式讓您以最快速度學會聽說，老師以高互動、節奏快的方式讓您沉浸在德語裡，沒有令人卻步的語法講解，直接用對話情境的方式讓學生學會最基本的對話。課程結束，能以德文介紹自己和家庭成員，說明自己的需求，簡單表達感受，描述物品、購物等等，並能順利至德國旅遊。 ※課程使用教材「Menschen A1.1」，學員需自備課本。 ※適合: 想從字母和發音開始學習的初學者。</p>	<p>2800</p>	<p>台籍 郭老師</p>
<p><b>日文50音</b> 7/6~8/24 每週三19:00~21:00， 共八週</p>	<p>針對無日文基礎的初學者設計之50音與日文入門課程。透過講解日文假名構造與書寫練習快速學習平假名、片假名以及後續基礎課程所需要的發音變化。 ※ 課程使用教材「大家的日本語初級一」，學員需自備課本。 適合: 想從50音開始學習的初學者。</p>	<p>2500</p>	<p>台籍 黃老師</p>
<p><b>日文50音</b> 7/7~8/25 每週四19:00~21:00， 共八週</p>		<p>2500</p>	<p>台籍 高老師</p>
<p><b>日文進階周二班</b> 7/5~8/23 每週二19:00~21:00， 共八週</p> <p></p>	<p>針對已有日文基礎的學員設計之課程。搭配生活中常用日語如問路、稱呼、打招呼等，啟發學員學習日語之興趣，進而喜歡學日語，更加瞭解日本文化。 ※ 課程使用教材「大家的日本語進階二」，學員需自備課本。 ※適合: 已學過大約1年2個月日文課程的學員報名。 ※課程採Google meet 線上教學。</p>	<p>2500</p>	<p>台籍 黃老師</p>
<p><b>日文進階周一班</b> 7/4~8/22 每週一 19:00~21:00， 共八週</p>	<p>特別邀請全國語言中心專業台籍老師，教學經驗豐富，趕快加入，讓你到日本旅遊暢行無阻。 ※ 使用教材為「大家的日本語進階二」，老師可代購(一本360元)，請於報名時告知，費用請第一堂課繳交給老師。 ※ 適合: 已學過約3年2個月日文課或已上過「大家的日本語進階一」學員。</p>	<p>2500</p>	<p>台籍 馮老師</p>
<p><b>日文周三班</b> 7/6~8/24 每週三 19:00~21:00， 共八週</p>	<p>特別邀請全國語言中心專業日籍老師，教學經驗豐富，趕快加入，讓你到日本旅遊暢行無阻。 ※日文周三班使用教材「大家的日本語進階二」，老師可代購(一本360元)，請於報名時告知，費用請第一堂課繳交給老師。 ※適合: 已學過大約3年10個月日文課程的學員報名。</p>	<p>2800</p>	<p>日籍 山川 老師</p>

語言學習	<p>日文中級周四班 7/7~8/25 每週四 19:00~21:00 · 共八週</p>	<p>特別邀請全國語言中心專業日籍老師，教學經驗豐富，趕快加入，讓你到日本旅遊暢行無阻。 ※日文周四班使用教材「邁向中級(中級を学ぼう 日本語の文型と表現56 中級前期)」。 適合：已學過大約4年6個月日文課程的學員報名。</p>	2800	日籍 佐藤老師
	<p>韓語發音班 7/4~8/22 每週一 19:00~21:00 · 共八週</p>	<p>特別邀請全國語言中心韓籍老師，教學經驗豐富，課程適合對韓文有興趣，或想去韓國旅行及自學過韓文想要更扎實會話的同學。課程將由專業韓籍教師，以生動有趣的教學方式，帶領同學們學習如何正確讀寫韓文字和熟悉有趣的韓國文化。</p>	2800	韓籍 高老師
	<p>韓語周三班 7/6~8/24 每週三 19:00~21:00 · 共八週</p>	<p>發音周一班使用教材「我的第一本韓語課本」老師可代購課本(1本320元)，請於報名時告知，費用請第一堂課繳交給老師。 ※ 發音班適合：想從字母和發音開始的學員。 韓語周三班課程使用教材「高麗大學韓國語(3)」，學員需自備課本。 ※ 韓語周三班適合：已學過大約3年6個月的學員。</p>	2800	
藝術創作	<p>鉛筆素描 7/4~8/29 (7/25休) 每週一 19:00~21:00 · 共八週</p>	<p>使用簡單的工具，將生活中的小事物加以紀錄，繪畫即生活，生活即繪畫，使繪畫更貼近人心。這期課程以"鳥"為主題，共有2~4幅作品。 ※ 材料費\$600元(含:素描紙本，素描鉛筆，畫用橡皮，保護噴膠) 請於第一堂上課時繳交給老師。 ※ 無繪畫基礎之學員皆可參與，每一次都在進步中成長。</p>	2500	劉純向 老師
	<p>粉彩風景小品畫 7/5~8/23 每週二 19:00~21:00 · 共八週</p>	<p>通過粉彩的學習，運用簡單的色彩，捕捉生活中的小風景，信手拈來畫出讓自己舒服的小作品。這期課程以"四季樹"為主題，共有4幅作品。 ※ 材料費\$1080元(含:粉彩、色鉛筆、畫本、保護噴膠) 請於第一堂上課時繳交給老師。 ※ 學員需自備:鉛筆、橡皮擦、抹布、美工刀。 ※ 無繪畫基礎之學員皆可參與，每一次都在進步中成長。</p>	2800	



~好好手感輕水彩~  
沁涼一夏  
7/5~8/23  
每週二 19:00~21:00  
共八週

由幾何圖形引導畫面構成，從顏色的感知，進而讓畫面呈現多元的風貌與溫度！從觀察到下筆，體驗到繪畫的樂趣，用畫筆紀錄最有趣的日常！課程包含3幅作品。

第一堂~第二堂：基本水彩技法練習，夏日海灘包手札線稿繪製、上色，漸層上色技法運用。

第三堂~第四堂：夏日刨冰系列線稿繪製、著色，立體明暗的色階想像概念解說。

第五堂~第六堂：透明冰品色調解析，鹿港老宅冰店線稿繪製、透視概念解析。

第七堂~第八堂：重疊物件的隔色與色溫調整，整體結構與色階平衡。

※ 學員需自備：自動鉛筆、2B筆芯、橡皮擦、抹布、水盒(2~3分隔)、噴水瓶。

※ 上課用品一套1600元(內含：日本櫻花透明水彩24色(固體水彩)、水彩筆圓頭4、12號(動物毛)、紅圭筆細筆、防水代針筆0.1及0.5、白色牛奶筆、水彩本F2中粗紋230g、日本NITTO紙膠帶1.5cm寬)，請於第一堂課時繳交給老師。



2800

清新柔感輕水彩  
7/6~8/24  
每週三 19:00~21:00  
共八週

由幾何圖形引導畫面構成，從顏色的感知，近而讓畫面呈現多元的風貌與溫度，從觀察到下筆，體驗到繪畫的樂趣，用畫筆紀錄最有趣的日常！無學習經驗皆可參與，每一次都在進步中成長，課程包含4幅作品。

第一堂：繪具的介紹與色彩的構成、色卡製作、基本水彩技法練習。

第二堂：文青手札-食物篇代針筆線稿繪製及上色。

第三堂：胖胖雀與棉花花環代針筆線稿繪製。

第四堂：渲染與漸層的表演技法。

第五堂：森林裡的小胖卡代針筆線稿繪製。

第六堂：上色-寒色系的搭配與聯想。

第七堂：日本街景-基本透視代針筆線稿繪製

第八堂：上色-綜合技法。作品分享與討論。

※ 學員需自備：自動鉛筆、2B筆芯、橡皮擦、抹布、水盒(2~3分隔)、噴水瓶。

※ 上課用品一套1600元(內含：日本櫻花透明水彩24色(固體水彩)、水彩筆圓頭4、12號(動物毛)、紅圭筆細筆、防水代針筆暖灰色0.1及0.5、白色牛奶筆、水彩本F2中粗紋230g、日本NITTO紙膠帶1.5cm寬)，請於第一堂課時繳交給老師。

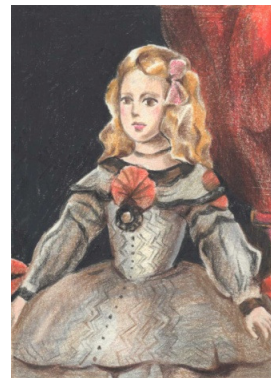


2800

	<p><b>輕鬆畫油畫</b> 7/6~8/24 每週三 19:00~21:00 · 共八週</p>	<p>老師將依學員的學習進度給予不同的畫作，利用獨門快速技法，用最少顏色將繪畫分解成幾個簡單步驟來完成一幅油畫，不要懷疑!不需任何繪畫基礎，你也可以在短短二個月打穩油畫基礎，成為畫家喔!</p> <p>※ 課程包含一幅油畫作品。          ※ 適合15歲以上年齡之學員報名。          ※ 課程由老師提供AP認證安全油畫顏料，僅供課堂中使用。          ※ 材料費2200元請於第一堂課繳交給老師(含顏料、畫具、畫布)。          ※ 學員需自備：抹布、衛生紙、圍裙、畫袋或畫夾(可帶可不帶)。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">  </div>	2500	翁老師
藝術創作	<p><b>城市速寫(鋼筆淡彩)</b> 7/6~8/24 每週三 19:00~21:00 · 共八週</p>	<p>捕捉日常中的美好，藉由手繪的方式把回憶記錄下來，同時透過手繪的過程中，與生活上的這塊土地與社區產生更緊密的連結，讓藝術與美感自然融入個人。</p> <p>第一堂~第二堂:課程與畫具介紹，生活小物速寫練習。          第三堂~第四堂:美食、甜點速寫。          第五堂~第六堂:風景速寫-構圖與線稿的掌握、空間與氣氛的營造。          第七堂~第八堂:街屋/店舖速寫-起稿與線條的構成、上色與細節的修飾。</p> <p>※ 學員需自備: 32開水彩本、代針筆 0.3mm或鋼筆(需搭配防水墨水)、鉛筆、透明水彩18或24色(管狀/塊狀皆可)、調色盤、水彩筆。          ※ 講義費\$100元(多退少補)，請於第一堂上課時繳交給老師。          ※ 無繪畫基礎之學員皆可參與，每一次都在進步中成長。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">  </div>	2800	唐偉德老師



	<p><b>靜心禪繞畫</b> <span style="color: red; font-weight: bold;">NEW</span>  <b>7/7~8/11</b>  <b>每週四 19:00~20:30</b>  <b>共六週</b></p>	<p>來自美國的禪繞畫，只需要一張好紙以及一支好筆，不需要美術背景，皆能在任何時間和地點進行創作。透過禪繞畫的創作過程，達到心靈平靜的狀態，進而緩解情緒、抒解壓力，並成為終生興趣。</p> <p>第一堂~第二堂:介紹禪繞畫，格線與形狀圖樣練習。          第三堂~第四堂:花草與藤蔓，暗線與邊框圖樣練習。          第五堂~第六堂:圖樣變化與發想</p> <p>※ 材料費\$350元，請於第一堂上課時繳交給老師。          ※ 無繪畫基礎之學員皆可參與，每一次都在進步中成長。</p>	<p>2200</p>	<p>飛尼老師</p>
<p>藝術創作</p>	<p><b>色鉛筆</b>  <b>輕鬆學畫藝術史</b>  <b>7/7~8/25</b>  <b>每週四 19:00~21:00</b>  <b>共八週</b></p>	<p>透過藝術史故事的簡述，讓學員了解前八個古典時期藝術風格的發展，色鉛筆的一筆一畫，帶入每一個時期藝術家所追求的技法及理念。老師詳解每個繪畫技法及步驟，一旦對故事及基本筆法有所理解，任何對繪畫有興趣，零基礎者皆可上手，繪畫過程也將生動有趣，甚至印象深刻!</p> <p>第一堂:古代藝術-溫柔的埃及神貓。          第二堂:古希臘藝術-勇敢的Q版希臘女神。          第三堂:中世紀藝術-美麗的彩繪玻璃。          第四堂:文藝復興時期-向達文西的Q版致敬。          第五堂:矯飾主義-戲劇性的美男肖像。          第六堂:法蘭德斯畫派-唯美清透的古典花卉。          第七堂:巴洛克時期-高貴的德蕾莎小公主。          第八堂:洛可可時期-精緻的東方裝飾。</p> <p>※ 材料費\$750元(內含上課用具及講義)，請於第一堂上課時繳交給老師。</p>	<p>2800</p>	<p>柔瑩老師</p>



	<p><b>生活手作花藝</b> 7/6~8/10 每週三19:00~21:00 共六週</p> <p><b>NEW</b></p>	<p>把花草自然的帶入生活空間，增加居家美感與幸福感。從花卉的整理、認識植物、花藝資材，到完成製作出屬於自己的花藝，皆會讓你對花藝有更深的了解。課程共有六個作品。</p> <p>第一堂~第二堂:基本圓型桌花、自然風手綁花束(可乾燥版)。</p> <p>第三堂~第四堂:永生乾燥花禮盒、日式風格桌花。</p> <p>第五堂~第六堂:永生花球樹。</p> <p>※材料費2700元請於第一堂課繳交給老師。</p> <p>※學員須自備花藝剪刀(老師可代購一把\$230，請於報名時告知)。</p> <p>※課程花材及進度會依同學實際上課狀況與季節、節日調整。</p>	2500	筱晴老師
	<p><b>烏克麗麗</b> 7/4~8/22 每週一19:00~20:30 共八週</p>	<p>總是覺得自己節奏感不好、耳朵不敏銳嗎?適合初學者的成人課程來了!由大餅老師帶領，從基礎律動開始，改善你的音樂體質吧~系統化條理分明的解說，搭配課堂即時錄影，方便課後隨時複習!每週作業與隨堂測驗，找出你的困難並協助突破。只要有心，自彈自唱非難事!</p> <p>※學員須自備烏克麗麗，老師可代購請於第一堂課向老師登記。</p>	2500	
<p>品味生活</p>	<p><b>吉他入門班</b> 7/5~8/23 每週二19:00~20:30 共八週</p>	<p>網路上的吉他教學那麼多，哪個才適合我的程度?樂理好像很重要，但是好難懂噢!自己翻書學習一段時間，開始遇到一些困難了。好想彈出優美的旋律，到底該怎麼做?適合零基礎音樂初學者的成人課程來了!每週作業與隨堂測驗，找出你的困難點。每天練習15分鐘，培養練習習慣。只要有心，自彈自唱非難事!</p> <p>※學員須自備吉他，老師可代購請於第一堂課向老師登記。</p>	2500	大餅老師
	<p><b>精油手作保養品</b> 7/4~7/25 每週一19:00~21:00 共四週</p>	<p>老師帶領你認識精油種類、說明功效並嗅吸味道，運用精油的特性製作成品，將自己做的精油，塗抹在身體上。配合東方的24節氣舒理經絡，針對身體各部位做不同調理，撫慰您疲憊身心，改善身體情況。</p> <p>第一堂:精油歷史、產地介紹，說明操作精油手作保養品。</p> <p>第二堂:精油萃取方式、辨別純正精油，說明操作精油手作保養品。</p> <p>第三堂:精油調配原則與稀釋比例、安全使用方式，說明操作精油手作保養品。</p> <p>第四堂:精油對人體器官的作用，說明操作精油手作保養品。</p> <p>※每堂課會製作一個精油成品(例如:滾珠、霜狀、膏狀)，4堂共4個成品。</p> <p>※課程中使用精油選自愛理時芳療學院，透過(GC-MS)檢測通過。</p> <p>※材料費1500元，請於第一堂課繳交給老師。</p> <p>※課程會依同學實際狀況與季節調整。※妊娠中的女性不宜加入。</p>	1600	剛剛好日子手作坊
	<p><b>精油洞悉卡</b> 7/7~8/25 每週四19:00~21:00 共八週</p>	<p>精油洞悉卡運用芳香動力學感受精油帶來的身心靈不同的能量，最後以色彩、符號、圖像方式展現出來，形成了獨具特色的直覺式芳療，能幫助我們更直接的察覺，更細緻的解析各層面的狀況，深入察覺自己自己和也能幫助他人跨越當下的困境。卡牌透過42張精油洞悉卡牌各自代表不同的能量意義。</p> <p>第一堂~第二堂:認識牌卡花朵類。</p> <p>第三堂~第四堂:認識牌卡果實類。</p> <p>第五堂~第六堂:認識牌卡木質類。</p> <p>第七堂~第八堂:認識牌卡葉片類。</p> <p>※學員需自備精油洞悉卡一副，老師可代購買一套\$1500元。</p> <p>※課程會依實際進度做調整。</p>	2800	

<b>品味生活</b>	<b>八字易基礎班</b> <b>7/4~8/22</b> <b>每週一 19:00~21:00</b> <b>共八週</b>	傳統五術大多原始於《易經》，但鮮少與現代結合，將易經的精隨應用到八字命理學當中，不僅簡單快速又準確，了解八字命盤，學習和自己的命盤相處。 第一堂~第二堂：八字基礎知識及結構說明。 第三堂~第四堂：天干的相生相剋、地支的會合刑沖。 第五堂~第六堂：藏干的來源意涵、十神的基本性質。 第七堂~第八堂：找到大運的高低點、八字的黃金組合。 ※ 老師提供講義。※ 學員需自備筆、筆記本。	<b>2800</b>	<b>陸老師</b>
-------------	--	---	-------------	------------

《早鳥優惠:6/24(五)晚間12點前報名繳費完成，舊生9折/新生95折》

《新生優惠: 3人團報不限課程9折 / 5人團報同課程85折》

《特約廠商優惠: 出示識別證9折》

※ 部份課程有年齡限制，課程進度或師資會因實際狀況調整。

※ 語言課程歡迎來電預約試聽/插班。

※ 洽詢電話：03-577-9191分機313 李小姐

※ 報名地點：新竹科學園區工業東二路1號科技生活館2樓辦公

※ 上課地點：科學園區科技生活館/東區工業東二路1號



歡迎掃描  
立即加入line好友