



學大明陽立國

經 Google 技術強化

搜尋

電子報專欄

- 本期摘要
- 校園焦點
- 陽明訊息
- 行政會報
- 課輔部落格
- 捐款芳名錄

副刊專欄

- 山腰部落格
- 山腰電影院
- 閱讀生活

相簿集錦



快訊

【校園焦點】動物中心前方邊坡陷落，即將展開正式復原工程

陽明訊息

【106學年度全校師生座談會】

【心哲所2018春季系列演講】~科學推理的實作(系列4、5)

【就業達人系列講座】~產業知多少-藥廠就業趨勢

【107年動物飼養管理課程】

【完美求職系列講座】~履歷撰寫及面試技巧

【健康講座】~一聽就懂!吃出紓壓秒睡好體質

現正收看

【健康體位課程】

【健康體位課程】

◎ 無糖不歡?認清含糖地雷食品,讓你無痛戒糖!

- 日期:3月16日(一)
- 時間:12:00~13:10
- 地點:二教樓211教室
- 主講:李柏盈 營養師/三多士股份有限公司
- 內容大綱:
 - 1.介紹精緻糖對人體各器官的危害
 - 2.認識食物中隱藏的糖
 - 3.什麼是糖上癮
- 備註:
 - 1.備有簡餐,現場報名者恕不提供餐點。
 - 2.登錄終身學習時數。
 - 3.預約報名 <http://ymadm1.ym.edu.tw/activity/content.asp?actno=6836>

◎ 跟著做就能瘦~燃脂與核心訓練

- 日期/時間/主講:
 - 第一場:健走/運動DIY
3月21日(三)/中午12:00~13:10/陳信宏老師(中華民國健身運動協會)
 - 第二場:彼拉提斯
3月28日(三)/中午12:00~13:10/杜芃萱老師(物理治療師)
- 地點:活動中心大禮堂2F鏡面空間
- 備註:
 - 1.運動課程,請穿適合運動衣著。
 - 2.備有簡餐(上課場地內請勿飲食),課程結束領取;上課30分鐘前請自行吃些好消化的食物,勿空腹運動。
 - 3.登錄終身學習時數。
 - 4.請預約報名,現場報名者恕不提供餐點。
 - 5.健康體位自我健身班招生中,歡迎參加,請至衛保組做身體組成檢測與報名詳細內容,請參閱衛保組網頁:<https://goo.gl/DZrK99>

【健康體位課程】
無糖不歡？
認清含糖地雷食品 讓你無痛戒糖！

3/16(五) 12:00~13:10
 第二教學大樓1樓211教室

跟著做就能瘦～燃脂與核心訓練

時間/主講：
 ◆ 3/21 (三) 中午12:00～13:10 健走/運動DIY陳信宏老師
 ◆ 3/28 (三) 中午12:00～13:10 彼拉提斯 杜苒萱老師

地點：活動中心大禮堂2F鏡面空間
 備簡餐，請預約報名，穿適合運動衣著

報名3/21 報名3/28




[\[←\] 回上一頁](#) [\[⌂\] 回到首頁](#) [\[↑\] 回到最上](#)

COPYRIGHT © 2010 NATIONAL YANG-MING UNIVERSITY ALL RIGHTS RESERVED 國立陽明大學版權所有・未經同意・請勿轉載

[關於電子報](#) | [訂閱電子報](#) | [聯絡編輯小組](#) | [友站連結](#) | [上期電子報](#)

發行人：郭旭崧 總編輯：陳怡如 執行編輯：彭婉玲 網頁維護：凱笛資訊

