

台南應用科技大學 115 學年樂齡大學第一學期課表

上課時間：每週一、三 9:30-11:30

月 份	日 期	星 期	類 別	課程名稱
九	14	一		*開學相聚-共創美好
	16	三		工藝商品實作
	21	一		樂齡人際互動與自我覺察
	23	三		樂齡健康力：肌力、平衡與生活功能訓練
	28	一		教師節補假一天
	30	三		頭部、手部撥筋舒按摩
十	05	一		腿部舒壓按摩
	07	三		專屬星球燈繪製
	12	一		活力律動
	14	三		歐式麵包
	19	一		AI 智慧生活好好玩
	21	三		活力動動腦
	26	一		光復節補假一天
	28	三		笑口常開 快樂是良藥
十一	02	一		時尚凍齡彩妝
	04	三		咖啡美學
	09	一		打造個人專屬 AI 小幫手
	11	三		旅遊應用美語
	16	一		快樂彈鋼琴
	18	三		吃出好體態
	23	一		打動心弦的香花植物
	25	三		木球
十一	30	一		樂齡巧手・智慧遊具創作趣

月 份	日 期	星 期	類 別	課程名稱
十 二	02	三		個人形象造型設計
	07	一		布袋球遊戲
	09	三		眼部保健
	14	一		樂齡體適能課程
	16	三		社區推廣（校外參訪）
	21	一		歐式麵包（時數已合併 1014 當日無須上課）
	23	三		聖誕趴
	28	一		講座
	30	三		期末成果展
一	04	一		自主學習
	06	三		自主學習
	11	一		
	13	三		