# 臺北市中正社區大學 106年度第一期免費課程旁聽表

| 星期一 (106/7/3) | | | 星期二 (106/7/4) | | | 星期三 (106/7/5) | | | 星期四 (106/7/6) | | | 星期五 (106/7/7) | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 上午課程０９：３０至１２：００ | | | 上午課程０９：３０至１２：００ | | | 上午課程０９：３０至１２：００ | | | 上午課程０９：３０至１２：００ | | | 上午課程０９：３０至１２：００ | | |
| 編號 | 課程名稱 | 講師 | 編號 | 課程名稱 | 講師 | 編號 | 課程名稱 | 講師 | 編號 | 課程名稱 | 講師 | 編號 | 課程名稱 | 講師 |
| TF101 | 臉書Facebook與網路拍賣輕鬆學 | 吳淑敬 | TA201 | 攝影天地紀實攝影專題 | 倪紀雄 | TF301 | 銀髮族智慧型手機與電腦應用 | 陳淑敏 | TC402 | ◆探索鳥類的奧秘進階 | 林金雄 | TA501 | ◆戶外走走看古蹟-臺北史蹟導覽 | 蔡豐琪(釋照勝) |
| TG101 | 歡唱英文歌曲 | 施靜純 | TA202 | ◆樂齡書法 | 黃瑞煌 | TG302 | 中級英文會話 | 王品清 | TF401 | Photoshop修圖與圖檔管理 | 林翰忠 | TE501 | 簫與尺八 | 蘇文宗 |
| TG102 | 全美語-英文閱讀會話中高級 | Helen P. | TF201 | Android手機平板輕鬆學 | 林翰忠 | TG303 | 全美語-英文閱讀高級 | Helen P. | TG401 | 歡唱英文歌曲 | 施靜純 | TF501 | 網路雲端輕鬆學-自助旅行好簡單 | 吳淑敬 |
| TG103 | 輕鬆唸英文-發音 | 王品清 | TF202 | 相片簡易編修 | 洪志傑 | TH301 | 基礎油畫 | 潘蓬彬 | TG402 | 生活美語初級 | 王品清 | TG501 | 輕鬆學會文法 | 王品清 |
| TJ101 | 舒壓瑜珈初級 | 李麗香 | TG201 | 歡唱英文歌曲 | 施靜純 | TH302 | 手繪色鉛筆創作初級(二) | 羅傑耀 | TI401 | 健康有氧運動初級 | 李麗香 | TG502 | 全美語-生活美語會話中級 | Helen P. |
| TJ102 | 抒壓樂活瑜珈初級 | 楊雅慧 | TG202 | 生活美語中級 | Helen P./王品清 | TJ301 | 保健瑜珈初級 | 李麗香 | TI402 | 東洋文化藝術日本舞蹈 | 康齡文 | TG503 | 日語初級(三) | 蘇美堯 |
| | | | TG203 | 日語初級(五) | 蘇美堯 | | | | TJ401 | 療癒抒壓瑜珈初級 | 楊雅慧 | | | |
| | | | TI201 | 健康有氧運動入門 | 李麗香 | | | | | | | | | |
| | | | TJ201 | 抒壓保健瑜珈初級 | 楊雅慧 | | | | | | | | | |
| | | | TJ202 | ★健脊強身提斯操 | 琵塔琪 | | | | | | | | | |
| 下午課程 13：３０至16：００ | | | 下午課程 13：３０至16：００ | | | 下午課程 13：３０至16：００ | | | 下午課程 13：３０至16：００ | | | 下午課程 13：３０至16：００ | | |
| TA102 | ●新移民中文識讀成長 | 張美華 | TA204 | ◆樂齡初級山水 | 黃瑞煌 | TA302 | 翡翠與和田玉鑑定 | 吳明勳 | TC403 | ◆植物生態解說(四) | 游紘一 | TA503 | 貴重寶玉石鑑定 | 吳明勳 |
| TA103 | ★攝影輕鬆拍 | 陳進春 | TB201 | 財產移轉與節稅規劃 | 陳坤涵 | TB301 | ◆活力人生運動科學養生 | 郭哲誠 | TG403 | 歡唱英文歌曲 | 施靜純 | TE502 | 陶笛之聲(二) | 蘇文宗 |
| TB101 | 股市與選擇權實戰策略 | 劉建忠 | TC202 | ◆看山玩水探鳥行 | 林金雄 | TG304 | 輕鬆讀英文小說 | 王品清 | TG404 | 輕鬆學會文法入門 | 王品清 | TG504 | 歡唱英文歌曲 | 施靜純 |
| TC102 | 綠色家園-天然有機環保園藝養成 | 劉武雄 | TF203 | 3D動畫人物製作入門 | 林翰忠 | TH304 | 手繪色鉛筆創作進階(一) | 羅傑耀 | TG405 | 實用英語流利說(一) | 高緯玲 | TG505 | 全美語-生活美語入門 | Helen P. |
| TF102 | PowerPoint簡報與多媒體應用 | 林翰忠 | TG204 | 輕鬆唸英文-發音入門 | 王品清 | TH305 | 毛衣編織 | 黃淑文 | TH402 | 巧手縫紉藝術實踐 | 張秀足 | TG507 | 日本語初級(八) | 吳秀蓮 |
| TG104 | 日本語進階(四) | 吳秀蓮 | TG205 | 實用英語簡單說(一) | 高緯玲 | TH306 | 書法欣賞與習作(二) | 鄭人豪 | TH403 | 水性蠟筆與壓克力趣味創作初階 | 羅傑耀/鄭佳鳳 | TJ504 | 太極導引初級 | 葉素貞 |
| TG105 | 輕鬆唸英文-生活美語入門 | 王品清 | TG206 | 歡唱英文歌曲(一)13:00-15:15 | 施靜純 | TI301 | 臺灣鄉土舞蹈 | 胡松德 | TI403 | 摩登肚皮舞 | 廖郁齡 | | | |
| TH103 | 素描美學 | 鄭人豪 | TG207 | 歡唱英文歌曲(二)15:25-17:40 | 施靜純 | TJ302 | 太極導引進階 | 葉素貞 | TJ402 | 紓壓保健瑜珈初級 | 楊雅慧 | | | |
| TI101 | 活力適能有氧運動 | 胡松德 | TJ203 | 瑜珈與皮拉提斯初級 | 李麗香 | | | | | | | | | |
| TJ104 | 律動瑜珈活力伸展 | 施子胤 | TJ204 | 呼吸藝術與療癒瑜珈初級 | 楊雅慧 | | | | | | | | | |
| | | | TL201 | 咖啡感官鑑賞-世界文化品味藝術 | 吳明聰 | | | | | | | | | |
| 晚上課程 19:00至21：３０ | | | 晚上課程 19:00至21：３０ | | | 晚上課程 19:00至21：３０ | | | 晚上課程 19:00至21：３０ | | | 晚上課程 19:00至21：３０ | | |
| TA104 | ●臺語大觀園輕鬆漫遊趣 | 東俊卿 | TA205 | 故宮國寶書畫篇 | 黃榮珠 | TA303 | ●河洛漢詩 | 黃冠人 | TA407 | 旅行文化與世界遺產 | 嚴銀英 | TA504 | ★茶生活美學 | 吳尚書 |
| TA105 | 生活美學攝影應用篇 | 洪志傑 | TA206 | 認識臺灣走透透 | 朱瑞徵 | TA304 | ●蒙古語基礎 | 圖孟拉瑪 | TA408 | ◆臺北城故事歡喜來講古 | 王長利 | TA505 | 攝影美學人文風景心象創作 | 陳春隆 |
| TA106 | 喪禮服務禮儀師養成 | 林清泉 | TA207 | 跟阿兜仔趴趴照人文街拍攝影藝術 | 林道明TC Lin/陳志倫 | TA306 | 現代建築之美 | 孫啟榕 | TA409 | 貴重寶玉石鑑定 | 吳明勳 | TA506 | ●西藏語基礎 | 嚴慧茹 |
| TB102 | 股市與選擇權實戰策略 | 劉建忠 | TA208 | 心靈牌卡開啟人生智慧(一) | 李育卿 | TA307 | 翡翠與和田玉鑑定 | 吳明勳 | TB401 | 證券投資的本質與進化進階 | 陳唯泰/謝銘龍/楊智雄 | TB501 | 環遊世界超簡單規劃篇 | 陳美筑/馬繼康等師資 |
| TB103 | 國學易經與智慧人生 | 許富琮 | TC204 | 無菌栽培瓶中花 | 李如月 | TB305 | 人際關係面面觀 | 梁正順 | TB403 | 五力全開玩出創意口才 | 程俊憲/胡延媛 | TC506 | ◆野訪蝴蝶觀自然 | 林柏昌 |
| TB104 | 住宅裝修實戰技巧 | 李　澤 | TE202 | 小提琴進階 | 熊加威 | TE302 | 吹出好心琴-口琴基礎 | 歐純伶 | TE402 | 氣球布置與藝術造型 | 王俊良 | TE503 | 薩克斯風入門 | 程森杰 |
| TC104 | 綠色家園-天然有機環保園藝盆景進階 | 劉武雄 | TE203 | 陶笛之聲(一) | 蘇文宗 | TE303 | 踢踏舞初級 | 賴俊明 | TE403 | 魔術變出好人脈 | 王郁盛/方坤祺 | TE504 | 我愛吉他彈彈唱唱 | 顏守文 |
| TC105 | ◆與自然做朋友 | 林智謀 | TF204 | 照片影音剪輯特效 | 胡祝銘 | TE304 | 二胡的傳統與流行 | 孫瀛洲 | TE404 | 薩克斯風演奏進階 | 程森杰 | TE506 | 二胡與老歌的邂逅 | 汪晏弘 |
| TC106 | 全方位中醫藥養生 | 王贊勳 | TG208 | 輕鬆讀英文入門小說 | 王品清 | TF303 | 網路免費資源運用與手機操作技巧 | 胡祝銘 | TE405 | 吹出好心琴-口琴演奏技巧 | 歐純伶 | TG508 | 輕鬆唸英文-生活美語入門 | 王品清 |
| TE101 | 傳統古樂二胡基礎 | 孫瀛洲 | TG209 | 歡唱英文歌曲(一) | 施靜純 | TG306 | 全美語-生活美語會話與閱讀基礎 | Helen P. | TF404 | 電腦影像編修基礎 | 洪志傑 | TG510 | ★實用觀光日語 | 沈珊瑩 |
| TF103 | 電腦系統安裝與進階故障排除 | 胡祝銘 | TG210 | 聽說英語很好學初級(二) | 高緯玲 | TG308 | 輕鬆唸英文-發音 | 王品清 | TG407 | 生活美語初級 | 王品清 | TH504 | 輕描淡彩畫 | 謝欽郎 |
| TG106 | 輕鬆唸英文-生活美語基礎 | 王品清 | TG211 | 日語進階(五) | 王中成 | TG309 | 歡唱英文歌曲(三) | 施靜純 | TG409 | 唱遊日本語 | 林婉婷 | TH505 | 手工皮革創作 | 吳季雄 |
| TG107 | 全美語-生活美語入門 | Helen P. | TG212 | 日本語初級(六) | 吳秀蓮 | TG310 | 日本語初級(二) | 吳秀蓮/鷲田晶子 | TG410 | 日本語初級(四) | 吳秀蓮 | TH507 | ★壓克力繪畫趣味創作 | 鄭佳鳳 |
| TG108 | 歡唱日文歌曲 | 林婉婷 | TG213 | 聽說日語中級(十一) | 鷲田晶子 | TG311 | 法文進階 | 王玲琇 | TH405 | 基礎油畫 | 許智瑋 | TI502 | 美安國標 | 陳美安 |
| TG109 | 日語五十音入門 | 吳秀蓮 | TG214 | 法文初級 | 王玲琇 | TG312 | ★用中文學越南語速成 | 郭金燃 | TH406 | 水性蠟筆魔法師初級 | 羅傑耀 | TI503 | 羽球運動 | 李宗俊 |
| TG110 | 日語初級(三) | 王中成 | TH202 | 親手製作專業泰迪熊 | 朱蕙萱 | TH307 | 手繪色鉛筆創作進階(二) | 羅傑耀 | TH407 | ★設計自己的隨身皮件 | 陳姵君 | TJ505 | 太極導引初級 | 葉素貞 |
| TH104 | 毛線鉤織輕鬆學 | 黃慧鈴 | TH203 | ★不鏽鋼單圈的玩藝兒飾品DIY | 王素慧 | TH308 | 粉彩與水彩基礎 | 曾孝德 | TH408 | 凹凸之間金屬押花藝術Metal Embossing | 袁郁華 | TJ507 | 陳式太極56式(一) | 陳鶴松 |
| TH105 | ★簡易實用打版與製作 | 劉　璯 | TH204 | 基礎素描 | 曾孝德 | TH309 | ★金屬線寶石編織飾品手作 | 阮泳家 | TI404 | 國際標準舞入門 | 邱淑秀 | | | |
| TH106 | 禪繞畫 | 林藝釩 | TH205 | 書法欣賞與習作(一) | 鄭人豪 | TH310 | 手工皮件製作 | 鄭人豪 | TI405 | 西班牙文化與佛朗明哥舞蹈 | 孫作昱 | | | |
| TH108 | 素描從零學起 | 鄭人豪 | TH207 | 原來蠟筆可以這樣畫進階(二) | 羅傑耀 | TH311 | 創意設計編織製圖 | 黃淑文 | TJ404 | 古傳陳式太極拳 | 郭哲銘 | | | |
| TI102 | 流行有氧運動 | 陳美華 | TH208 | 插畫欣賞與技法體驗 | 程子潔 | TI304 | 網球初級 | 李明展等師資 | TJ405 | 養生與運動 | 楊仁麟 | | | |
| TI103 | 流行MV舞蹈 | 蔡蕎隃 | TI204 | 女性魅力時尚舞蹈 | 吳佩玲 | TI305 | 國際標準舞入門 | 王嘉緯 | TJ407 | 美體瑜珈 | 李天蘊 | | | |
| TI105 | 中東舞蹈表演風 | 李文禎 | TJ205 | 元門太極拳38式進階 | 官貴中 | TI306 | 絕美肚皮舞 | 陳慧卿 | TK403 | 手工皂藝術世界(三) | 蕭如妏 | | | |
| TI106 | 羽球運動 | 李鑑珉 | TJ206 | 敦煌養生舞韻 | 李容榮 | TK303 | 我要為你歌唱 | 周桂玉 | | | | | | |
| TI107 | 網球初級 | 李明展等師資 | TJ207 | 身心靈舒緩瑜珈 | 蔡筱珍 | | | | | | | | | |
| TJ105 | 古傳內修八卦掌 | 郭哲銘 | TK203 | 純天然手工皂蔬食世界 | 蕭如妏 | | | | | | | | | |
| TJ106 | 對抗疲痛保健DIY | 王瀛偉 | TK206 | 流行時尚國臺語歌唱 | 林天藝 | | | | | | | | | |
| TJ107 | 和緩養身瑜珈基礎 | 林玉梅 | | | | | | | | | | | | |
| TK102 | 卡拉OK歌唱藝術 | 丁秀津 | | | | | | | | | | | | |