



# 第844期 雕塑瑜珈班

## 【招生資訊】

選課要求：男女兼收，孕婦除外，有特殊疾病者請開立醫師許可證明。上課請穿輕鬆具彈性服裝，自備瑜珈墊、毛巾、水壺，上課前一小時可輕食。

上課時間：113年05月29日至113年08月14日，每週三 19:30~21:00

共計12次上課，總計18小時。

上課地點：國立臺北大學三峽校區行政大樓地下 1 樓韻律教室

招生人數：**繳費未滿15人不開班**，本組保留增額或不足額開班之權利。

課程費用：報名費 200 元，學費 2,400 元

## 【教學特色 - 舒緩雕塑瑜珈】

忙碌緊湊的生活造成肌肉緊繃、情緒焦慮、身體痠痛…藉由呼吸及伸展放鬆身心，肌力鍛鍊強化體能，達到調整情緒、放鬆紓壓、平衡身心靈。改變傳統瑜珈的練習方式，以預防醫學的原理引導，結合人體工學原理，安全舒緩、輕鬆的做瑜珈，展現身體的力、柔、美，追求身心靈的和諧與健康。

## 【師資簡介】

### 陳薇萍 瑜珈教練

92年取得中華民國瑜珈協會-瑜珈導師證照

98年取得國際印度施化難陀吠陀哲學瑜珈學院-導師研修國際證照

93、94年行天宮三鶯文教機構. 瑜珈課指導老師

93~95年社區瑜珈研習班(三峽國中舊教室)

95年起成立三峽萍心瑜珈教室

96年三峽建安國小瑜珈研習班

96年明德高中瑜珈研習班

103年松柏園員工瑜珈課

102年北大社區瑜珈課

102年起國立台北大學教育推廣組瑜珈課

107年起西蓮學苑



聯繫電話：(02)8674-1111#66466



地址：新北市三峽區大學路 151 號



Email：[kimicheng@gm.ntpu.edu.tw](mailto:kimicheng@gm.ntpu.edu.tw)



北大推廣教育(三峽)

## 【報名方式】

報名期間：即日起至 113.05.27 (一) 截止。

報名方式：

- 網路報名：本組網站(<https://dce.ntpu.edu.tw/>)線上系統報名登錄個人資料。
- 現場報名：請於辦公時間（週一至週五 09:00~21:30）至本組報名。

※若有優惠身分者購課時請於系統備註欄進行說明

繳費方式：

- 採線上報名，本組收到報名資料後將另行與學員聯繫。
- 學員繳費、開課等通知均以電子郵件寄發，請務必提供正確有效之電子郵件帳號。
- 若報名人數達開課標準，本組將 E-mail 個別通知學員繳費，並給予個人專屬繳費帳號
- 費用繳交採 ATM 轉帳或金融機構跨行匯款，恕無現金及信用卡繳納方式。

## 【優惠方案】

※ **學費與報名費之優惠，僅能擇一使用。報名時需主動告知優惠身分，並出示有效證明文件，若未事先告知或證明文件不全者，恕不折扣，亦不得在報名繳費後申請退差額。**

- 符合下列條件者，可享本課程（非學分班）減免報名費 200 元：
  - (1) 臺北大學在校學生或校友本人。
  - (2) 曾經參加過本校推廣教育組課程之學員（需完成繳費）。
  - (3) 身心障礙人士（需出示身心障礙證明/鑑輔會證明）。
  - (4) 低收入戶（需檢附低收入戶證明）。
  - (5) 65 歲以上長者（需檢附身分證件影本）。
  - (6) 本校在職教職員工眷屬（限父母、配偶、子女）。
  - (7) 本校退休教職員工本人。
  - (8) 持有榮民證或第二類退除役官兵權益卡。
- 學費優惠資格（符合下列條件者，可享本課程學費優惠方式如下）：
  - (1) 本校現職教職員工本人：學費 75 折。
  - (2) 本校在校學生本人：學費 9 折。
  - (3) 五人(含)以上團體報名繳費者：學費 85 折。
  - (4) 三人(含)以上團體報名繳費者：學費 9 折。
  - (5) 一人同時報名兩個以上課程者：學費 95 折。



## 【注意事項】

- 一、本組蒐集之個人資料，僅作為個人資料特定目的 109 教育或訓練行政及 158 學生(員)(含畢、結業生)資料管理，非經當事人同意，絕不轉做其他用途，亦不會公布任何資訊，並遵守法律規定及本校個人資料保護管理制度安全控管要求，保障您的個人資料安全。
- 二、開課日後報名者，缺課時數照常計算，且不得要求補課或學費之折扣，若無法同意請勿報名。
- 三、本課程為運動類非學分班，不授予學位證書、結業證書或結業證明。
- 四、瑜珈墊、上課器材等請學員自行攜帶，若無瑜珈墊者請先行至商店購買（建議厚度0.6cm以上）；並請勿攜帶貴重物品至上課場地。
- 五、退費及相關規定
  1. **學員繳費後開課前無法就讀者，得申請退還所繳學費之九成；學員於開課後未逾全部課程三分之一時數無法就讀者，得申請退還所繳學費之二分之一；學員於開課後逾全部課程三分之一時數無法就讀者不予退費。除未開班外，報名手續費 200 元，概不退還。**
  2. 學員人數未達開班人數時，本組得延期開課或停辦；如停辦該班次，本組悉數退還所繳費用，並通知於規定期限內辦理退費，逾期恕不受理。
  3. 辦理退費時需填寫退費申請表，並繳附學費收據正本、身分證正反面影本及學員本人之土銀或郵局存摺封面影本(若提供其他金融機構帳戶須扣除匯費)。因本校退費办理流程為一個月方會入帳，尚請申辦學員見諒。
- 六、本課程無補課機制，敬請學員報名後踴躍出席，以維護自身權益。
- 七、學員在修習期間如有影響教師授課或其他學員學習等不當行為，經本組通知仍未改善者，得註銷其修讀資格，且不予退費。
- 八、為維護已繳費學員之權益，上課嚴禁試聽或冒名頂替，違者將照相存證並循法律途徑解決。
- 九、本招生課程如遇颱風、地震、天災等不可抗力因素影響而需停課時，其停課標準將依據當日新北市政府公佈之停課公告為準；補課事宜將於停課日後下次上課時通知。
- 十、患有或疑似患有 SARS、COVID-19 或其他法定傳染病者，本組得拒絕其入學及上課。個人若因疫情需進行隔離/檢疫/自主管理，致使無法上課者(需檢附相關證明)，開課前得申請全額退費，課間則依比例申請退費。
- 十一、本組保有變動預定課程、師資、遠距同步上課等簡章內容之權力，必要時將依實際開課情形作適當調整，若有變更將提前告知學員。



十二、本組保留審核學員報名資格、增額錄取或不足額開班之權利。

十三、請確定您已詳閱各注意事項，再進行報名手續，報名即表示同意遵守本組一切規定。簡章內若有未盡事宜，本組保留修改之權利，並將公告於網站，恕不另行通知。

## 【交通資訊】

地址：23741 新北市三峽區大學路 151 號

請查閱本校交通與地圖資訊

<https://new.ntpu.edu.tw/about/map-directions>



聯繫電話：(02)8674-1111#66466



地址：新北市三峽區大學路 151 號



Email：[kimicheng@gm.ntpu.edu.tw](mailto:kimicheng@gm.ntpu.edu.tw)



北大推廣教育(三峽)