

# 蘆洲



## 終身學習課程簡章

# 2026-02期

115年4月-6月



線上報名網址

<https://www.tcsec.org.tw/>

地址：(247012) 新北市蘆洲區長樂路125號(蘆洲靜思堂)

電話：(02) 2847-1924、(02) 2847-4457

傳真：(02) 2847-0542

E-mail：shauhome0602@gms.tcu.edu.tw

FB 搜尋：志玄文教基金會蘆洲終身學習教育中心

報名時間：週一至週五 09:00~12:00 / 13:30~21:00

週六 08:30~12:00 / 13:30~17:00

### 受理報名繳費

115年3月2日(一)起

### 陸續開課

115年4月10日(五)起

- 下期2026-03期 (115年7-9月上課)
- 報名時間：6月1日起
- 網路報名：08:00~
- 現場報名：依中心服務時間

### 報名須知 /

- 1.報名學費【不含】書籍、教材、講義及校外教學保險等相關費用。
- 2.為維護教學品質及尊重其他學員權益，本中心課程不開放試聽、旁聽，並請勿攜帶幼兒入場，敬請配合。
- 3.學費繳交後，不得轉讓他人或保留至下期，退費請依規定辦理。
- 4.僅完成報名未繳費者，若於通知後仍未繳費，且課程額滿，名額將不予保留，由候補學員遞補。
- 5.課程如遇天然災害(颱風、地震等)，依人事行政總處公告之停課標準辦理，課程順延一週結束。
- 6.本中心保有課程內容調整權利，所有課程不保證一定開班；選報樂器或程度課程前，請審慎評估自身需求。
- 7.簡章所列課程起訖日期僅供參考，實際時間以開課公告為準。
- 8.報名前請先詳細閱讀選定班別，了解相關轉班、退費等規定，以保障個人權益。

### 退費辦法 /

- 1.(1)未開班退全額。【若於「開課決定日」前提出退班者，即使未開班，仍退9成。】  
(2)報名繳費後至實際上課日前退班者，退還應繳學費9成。  
(3)開課【當日】提出退班者(不論是否上課)，退還應繳學費7成。  
(4)自實際上課日起，修課未逾全期三分之一(含)者，退還應繳學費5成。  
(5)上課時間已逾全期三分之一(含)者，不予退還。
- 2.學員在學期間因重大不可抗力之因素須中輟課程，並提出證明者【需提供醫院正式證明】，可辦理依比例退費，但需承擔手續費。
- 3.個人因素退班、退費者請自行承擔手續費。(現場刷卡：2%，網路刷卡：2.5%)
- 4.退費，請提供【本人】之退費帳號資料，恕不受理現金或刷卡退費。  
(配合財務作業流程，統一於每月10日與25日辦理款項撥付，申請退費至實際入帳約需一個月，敬請見諒與配合。)

### 轉班辦法 / 【限同一中心，無法轉中心】

- 1.開課後，敬請於上課二次(含)內提出轉班申請，已額滿課程不受理。(報名公益、單元課程，不能轉班，只能退班。)
- 2.轉班以一次為限，轉班之學費多退少補。
- 3.因未開班選擇轉班之學員，於轉班後仍然決定退班者(不論是否已開課)，敬請依「退費辦法」辦理退費。

## 3月23日前繳費 享有優惠

優惠辦法：【限同一中心】(優惠價課程不適用) (一人只適用一優惠方式) (公益、單元、額滿課程不列入)

身分別	優惠期間 115/3/2(一)~3/23(一)	115/3/24(二)開始不優惠	是否可網路刷卡
不論身分別：報名一科	85折	不優惠	是
不論身分別：同時報名繳費二科【公益、單元、額滿(候補)課程不列入】	8折	不優惠	是
年滿65歲【不限課程】【請出示證明】	7折	7折	請至現場驗證繳費，若自行至網路刷卡，將不退還多繳部分。
年滿75歲、身心障礙、中低收入戶【不限課程】【請出示證明】	5折	5折	
持中國信託蓮花卡刷卡繳費【限本人】	85折	9折	

★ 115年4月1日(三) 12:00前決定是否開課，確認開課未額滿之課程可「臨櫃或來電」報名，已停開課程將不再受理報名。

◎新開課程 ( 新課程優惠，下期恢復原價。 )

代號	課程名稱	期間 / 時間	教師	課程內容	學費
301	絲韻飄飄 ~ 九孔葫蘆絲 (入門班)	115/04/10-06/26 (五) 09:30-11:30 10週 / 20小時	朱麗娟	九孔葫蘆絲音色柔和優美，吹奏簡單易上手，老少咸宜。腹部呼吸增強肺活量，精神飽滿福祿安康。 【九孔葫蘆絲緬甸紅木 bB 調 5000 元、教程 330 元，停課日 5/1、6/19】	2500
302	擊鼓入門班	115/04/10-06/26 (五) 18:30-20:30 10週 / 20小時	崔羽菁	透過擊鼓達到鍛鍊體能、訓練肢體動作平衡與靈活度、力度的展現，抒發壓力及提升記憶力，並培養團隊合作，提升自信與成就感。【自備鼓棒，停課日 5/1、6/19】	2500
401	輕輕鬆鬆 快樂玩編織	115/04/14-06/16 (二) 13:30-15:30 10週 / 20小時	呂依容	從基礎的手法及編織技巧，帶入識圖與創作能力，認識線材的種類，活用在不同的作品上，在家也能輕鬆做出適合的作品，增加生活樂趣。【材料費 700 元】	2500
402	從零開始的 扭扭棒~ 生活手作課	115/04/14-06/09 (二) 18:50-21:20 4週 / 10小時	呂佳倫	認識扭扭棒的基本材質與技巧，循序漸進地製作花朵、小動物、節慶裝飾等主題作品。不需要美術基礎，只要願意嘗試，一根根色彩繽紛的毛根扭扭棒就能變出無限驚喜，讓創意自由綻放！【材料費 800 元】	1800
501	ZumbaFitness	115/04/11-06/27 (六) 13:30-14:30 10週 / 10小時	李易虹	結合了拉丁南美洲熱情和各國流行文化音樂，在課堂中可以學到騷莎、雷鬼、嘻哈、森巴、肚皮舞、佛朗明哥等基本的舞蹈動作，讓運動變得有趣好玩。 【停課日 5/2、6/20】	1800
503	椅子瑜珈	115/04/14-06/16 (二) 18:50-19:50 10週 / 10小時	陳振華	利用椅子的支撐減少了身體的負擔，有助於進行伸展、扭轉和核心訓練，享受瑜珈的好處，並幫助提升身體靈活度、改善體態、減少運動時的壓力。	1800

◎人文系列

代號	課程名稱	期間	時間	次數	時數	教師	學費	教材費
201	靜思茶道 ( 初階一 )	115/04/10-06/26	星期五 09:30-11:30	10	20	靜思 茶道	2800	材料費： 1000 元  書籍費 初階 1000 元 進階 1500 元 高階 1500 元
202	靜思茶道 ( 初階二 )	115/04/16-06/18	星期四 13:30-15:30	10	20		2800	
203	靜思茶道 ( 初階三 )	115/04/15-06/17	星期三 19:00-21:00	10	20		2800	
204	靜思茶道 ( 進階二 )	115/04/16-06/18	星期四 09:30-11:30	10	20	師資群	2800	
205	靜思茶道 ( 高階 )	115/04/15-06/17	星期三 13:30-15:30	10	20		2800	
206	靜思花道	115/04/14-06/16	星期二 09:30-11:30	10	20	辜惠珠	2800	3500
207	靜思花道	115/04/14-06/16	星期二 13:30-15:30	10	20		2800	3500
208	妙手生華	115/04/14-06/16	星期二 19:00-21:00	10	20	劉玉蘭 楊素甄	2800	300

◎兒童系列 ( 不開放網路報名，現場 / 電話報名後可網路刷卡 )

代號	課程名稱	期間	時間	次數	時數	教師	學費	教材費
601	作文精修班 (小三以上)	115/04/15-06/10	星期三 14:30-16:00	8	12	魏碧珠	2900	400
602	兒童優質寫作 (小四~小六)	115/04/15-06/03	星期三 19:00-21:00	8	16	林淑卿	2400	30
603	兒童繪畫 (大班~小三)	115/04/18-06/27	星期六 09:30-11:30	10	20	張瓊云	2800	200
604	兒童書法 (小二以上)	115/04/18-06/27	星期六 09:30-11:30	10	20	溫佳貞	2800	--
605	兒童硬筆字 (小二以上)	115/04/18-06/27	星期六 13:00-15:00	10	20		2800	30

## ◎語言系列 ( 請參照官網說明或來電詢問適合程度 )

代號	課程名稱	期間	時間	次數	時數	教師	學費	教材費
101	生活美語	115/04/15-06/17	星期三 09:30-11:30	10	20	高巧俐	2800	50
102	五十音 + 基礎會話	115/04/16-06/18	星期四 19:00-21:00	10	20	關淑敏	2800	360
103	觀光日語	115/04/14-06/16	星期二 19:00-21:00	10	20		2800	100
104	輕鬆歡唱學日語	115/04/10-06/26	星期五 19:00-21:00	10	20		2800	100

## ◎生活系列 ~ 自備用具

代號	課程名稱	期間	時間	次數	時數	教師	學費	教材費
403	油彩與壓克力彩繪	115/04/13-06/15	星期一 10:00-12:00	10	20	蕭婉如	2800	1500
404	豆豆森林園藝新生活	115/04/16-06/18	星期四 10:00-12:00	10	20	張琦雯	2800	300
405	人文咖啡香	115/04/15-06/17	星期三 14:00-16:00	10	20	吳威駿	2800	250
406	歡唱【名】歌	115/04/14-06/16	星期二 19:00-21:00	10	20	林有恒	2800	60
407	歡唱【名】歌	115/04/16-06/04	星期四 19:00-21:00	8	16		2400	60
408	【工作坊】 人際關係形塑模式的 身心經驗探索與修復	115/05/18-06/01	星期一 09:00-16:00	3	18	邱錦玉	2900	50
409	頌鉢與冥想靜心	115/04/21-06/09	星期二 12:00-13:30	8	12	柯雅齡	2000	--
410	聲音與振動 - 頌鉢	115/04/17-07/03	星期五 11:10-12:10	10	10	許淑莉	1800	300
411	數位攝影	115/04/28-06/23	星期二 14:00-16:00	9	18	劉森雲	2600	--
412	遙控無人機基本級考照 初級進階課	115/04/15-06/17	星期三 09:00-11:00	10	20	林正銘	2800	2400

## ◎藝術系列 ~ 自備用具、樂器 ( 或請老師代購 )

代號	課程名稱	期間	時間	次數	時數	教師	學費	教材費
303	進階擊鼓	115/04/18-06/13	星期六 15:00-17:00	8	16	蔡耀如	4700	250
304	舒心空靈鼓	115/04/13-06/15	星期一 09:30-11:30	8	16	關岑蓉	2400	100
305	空鼓回音	115/04/13-06/15	星期一 19:00-21:00	10	20	陳玉山	2800	100
306	古箏	115/04/13-06/15	星期一 19:00-21:00	10	20	黃建凱	2800	500
307	我愛古典吉他	115/04/14-06/16	星期二 19:00-21:00	10	20	柯懿芳 李欣	2800	360
308	快樂學薩克斯風	115/04/13-06/15	星期一 09:30-11:30	10	20	汪賢忠	2800	50
309	快樂薩克斯風	115/04/15-06/17	星期三 14:00-16:00	10	20	蕭麗玲	2800	50
310	硬筆字書法	115/04/13-06/15	星期一 13:00-15:00	10	20	許方怡	2800	30
311	行楷 - 書法	115/04/21-06/09	星期二 14:00-16:00	8	16	黃慧真	2400	--
312	書法	115/04/15-06/17	星期三 14:30-16:30	10	20	林美娥 ( 衣雲 )	2800	--
313	書法	115/04/15-06/17	星期三 19:00-21:00	10	20		2800	--
314	水墨山水畫	115/04/15-06/17	星期三 09:30-11:30	10	20	葉旭生	2800	--
315	寫意花鳥畫	115/04/15-06/17	星期三 13:30-15:30	10	20		2800	--
316	靜心禪繞	115/04/16-06/18	星期四 10:00-12:00	10	20	高銘霞	2800	1420
317	粉彩與色鉛筆插畫	115/04/16-06/18	星期四 14:00-16:00	10	20	黃德謀	2800	150
318	和諧粉彩	115/04/16-06/18	星期四 14:00-16:00	10	20	陳瑾慧	2800	120

◎體能系列～自備用具（瑜珈墊／磚／繩／滾筒／彈力帶／筋膜球）視課程需要

代號	課程名稱	期間	時間	次數	時數	教師	學費	教材費
502	基礎瑜珈	115/04/15-06/24	星期三 19:30-21:00	10	15	李易虹	2300	--
504	基礎哈達	115/04/16-06/18	星期四 18:30-19:30	10	10	陳振華	1800	--
505	阿斯坦加瑜珈	115/04/16-06/18	星期四 19:40-20:40	10	10		1800	--
506	生活瑜珈	115/04/15-06/17	星期三 09:30-11:00	10	15	胡明娟	2300	--
507	生活瑜珈	115/04/16-06/18	星期四 19:00-20:30	10	15		2300	--
508	柔和伸展瑜珈 (基礎)	115/04/14-06/16	星期二 18:30-19:30	10	10	陳慧芬	1800	--
509	柔和伸展瑜珈	115/04/14-06/16	星期二 10:00-11:30	10	15		2300	--
510	柔和伸展瑜珈	115/04/14-06/16	星期二 19:40-20:40	10	10		1800	--
511	基礎哈達瑜珈	115/04/16-06/18	星期四 19:30-21:00	10	15	王淑玲	2300	--
512	基礎哈達瑜珈	115/04/18-06/27	星期六 10:20-11:50	10	15		2300	--
513	療癒哈達瑜珈	115/04/15-06/17	星期三 18:30-19:30	10	10	王思頤	1800	--
514	主題伸展瑜珈	115/04/15-06/17	星期三 19:40-20:40	10	10		1800	--
515	身心靈瑜珈平衡	115/04/11-06/27	星期六 08:40-09:40	9	9	李卓偉	1700	--
516	身心靈瑜珈平衡	115/04/11-06/27	星期六 10:00-11:30	9	13.5		2200	--
517	紓壓瑜珈	115/04/10-06/12	星期五 19:00-20:00	9	9	李雪芳	1700	--
518	紓壓瑜珈	115/04/18-06/13	星期六 08:50-09:50	9	9		1700	--
519	舒緩瑜珈	115/04/14-06/16	星期二 11:00-12:00	10	10	許淑莉	1800	180
520	舒緩瑜珈	115/04/15-06/17	星期三 09:30-10:30	10	10		1800	180
521	瑜珈輪	115/04/17-07/03	星期五 10:00-11:00	10	10		1800	--
522	瑜珈提斯 + 滾筒按摩	115/04/21-06/09	星期二 14:00-15:30	8	12	柯雅齡	2000	--
523	初階肌力新手也可以	115/04/13-06/15	星期一 09:00-10:30	10	15	林鎂惠	2300	--
524	肌不可失	115/04/13-06/15	星期一 18:30-19:30	10	10		1800	--
525	肌不可失	115/04/13-06/15	星期一 19:40-21:10	10	15		2300	--
526	肌不可失	115/04/09-06/11	星期四 09:00-10:30	10	15		2300	--
527	喚醒深層肌群 減齡神配方	115/04/13-06/15	星期一 10:40-12:10	10	15		2300	--
528	多功能肌力雕塑	115/04/15-06/17	星期三 14:00-15:30	10	15	林子涵	2300	--
529	iENERGY 愛塑身	115/04/18-06/27	星期六 10:00-11:00	10	10	陳芝螢	1800	--
530	iPARTY 愛派對~ 熱舞有氧	115/04/14-06/16	星期二 20:10-21:10	10	10		1800	--
531		115/04/10-06/26	星期五 19:30-20:30	10	10		1800	--
532		115/04/18-06/27	星期六 11:10-12:10	10	10		1800	--
533		敦煌能量舞	115/04/13-06/15	星期一 19:00-21:00	10	20	洪麗娟	2800
534	歡樂廣場舞 (基礎班)	115/04/16-06/18	星期四 09:30-11:00	10	15	張雅涵	2300	--
535	歡樂廣場舞 (初階班)	115/04/10-06/26	星期五 09:30-11:00	10	15		2300	--