新竹市立頂埔國小辦理108學年度健康與體育研習計畫2

一、計畫目的：瘦身或健身?如何正確鍛鍊身體，保持良好的身型?破除以往我們對身材的迷思，正確身體觀念，帶給我們健康。

二、主辦單位：新竹市立頂埔國小。

三、研習地點：本校2樓大會議室。

四、研習時間：108年11月6日（三）下午13：30至15：30。

五、參加對象：本校教職員工。

六、研習時數：全程參加研習人員核給研習時數2小時。

七、報名方式：請上網新竹市教師研習護照報名。

八、課程表：

時間	內容	講師	備註
13：30 –15：30	瘦身?健身?	鄭惠憶	新竹中山店 CURVES店長

十、經費概算：本校校內相關經費支付。

十一、本計畫經校長核定後實施，修正時亦同。

承辦人: 鄭雅文　　單位主任:　陳怡茹　　校長:李敦仁