置成活動

PART-2

星期四

日期:2021.6.28

時間:晚上19:30

課程:皮拉提斯(請備瑜珈墊)

陳埠教練





時間:晚上19:30

課程:肌力間歇(請備瑜珈墊)

爾寧教練





日期:2021.6.29

時間:下午13:30

課程:環狀燃脂(請備瑜珈墊)

丁丁教練



星期五

日期:2021.7.2

時間:晚上19:30

課程:伸展瑜珈(請備瑜珈墊)

洪長英教練



日期:2021.6.30

時間:下午13:30

課程:美肌有氧(請備瑜珈墊)

羽欣教練





報名方式:登八板橋運動中心線上報名系統(請於開課前一天22:00前完程報名)

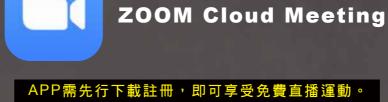
人數:45人滿班

報名費用:兒費

上課方式:課程將全程以Zoom進行,

敬請於報名前評估自身網路及硬體條件,

並於課前完成軟體下載註冊







網路報名

課程前半小時:**登入板橋報名系統→**點選【**我的訂單**】→點選【線上課程】進入Zoom會議室

※課程開始前15-20分鐘開放進場,同步進行點名及身分確認,

敬請學員設定【會員資料至名】為顯示名稱進入課程,名稱不符者恕不開放入場

※課程將準時開始,課程一旦開始後,恕不開放入場。課程中退出Zoom會議室,無法再進場喔!!

課程洽詢:新北市板橋國民運動中心 02-2258-8886轉分機211





后體盲處 主辦單位: 新北市板橋國民運動中心 New Taipei City Bangiao Civil Sports Center

