

113 學年(上)「舞蹈教室」開放時間  
113 年 9 月 02 日(一)~113 年 12 月 22 日(日)

星期	一(MON)	二(TUE)	三(WED)	四(THU)	五(FRI)	六(SAT)	日(SUN)
時間							
08:00 08:50	/	核心肌力 林國威 Class time	/	/	/	預約 Reservation	
09:00 09:50							
10:10 11:00	/	/	瑜珈進階 張 介 Class time	瑜珈提斯 許芸榛 Class time	螺旋有氧 施惠方 Class time		
11:10 12:00							
12:00 13:00	教職員舞蹈班						
13:20 14:10	/	瑜珈初學 張 介 Class time	瑜珈提斯 黃惠芝 Class time	國際標準舞 曾建嘉 Class time	舞蹈即興創作 王嫻婷 Class time		
14:20 15:10							
15:30 16:20	核心肌力 林國威 Class time	瑜珈初學 張 介 Class time	瑜珈提斯 黃惠芝 Class time	國際標準舞 曾建嘉 Class time	/		
16:30 17:20							
17:30 18:00	預約 Reservation	預約 Reservation	預約 Reservation	預約 Reservation	預約 Reservation		
18:00 19:00							
19:00 20:00							
20:00 21:00							
21:00 22:00							
22:00							
備註	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 本場地以教學與校隊訓練為優先使用。教學及校隊訓練時間不開放，為維護安全禁止入內活動。</li> <li>2. 須穿著運動服裝、脫鞋，或「更換乾淨舞蹈專用鞋」，並自備毛巾。</li> <li>3. 欲使用場地請於三週前至體育室網頁預約租借。</li> <li>4. 若使用人數未達 10 人以上亦無教練到達則不開放借用。</li> <li>5. 租借前 10 分鐘拿租借單至器材室，找值班人員開門。</li> <li>6. 場內無設置垃圾筒，請保持場地整潔，請清理場地並將垃圾帶走。離場前請關閉門窗，並找值班人員檢查場。</li> <li>7. 為節約能源，使用時請適度開燈，使用後應即時關閉電源。(如人數過少則參考節能減碳 SOP 辦法實施)</li> <li>8. 如需使用空調及音響設備，請洽管理人員。</li> <li>9. 使用者應遵守管理使用辦法，如有違反規定者，得令其離開場地。</li> <li>10. 嚴禁吸煙、喧嘩、嚼口香糖及飲食(礦泉水除外)、寵物。</li> <li>11. 教室內各項設備禁止搬動，不得懸掛衣物、禁放桌椅、張貼海報及使用會破壞地板之器材。</li> <li>12. 如有問題請與體育室聯絡。Email: physical@my.nthu.edu.tw 或請洽(03)571-5131#3467</li> </ol>						