



臺中市公務人員協會 函

地址：407011臺中市西屯區臺灣大道3段99號

承辦人：科員 陳怡如

電話：04-22289111轉23603

電子信箱：t1114@taichung.gov.tw

受文者：臺中市政府教育局

發文日期：中華民國109年12月29日

發文字號：中市公協字第1090000156號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：生活瑜珈班報名表110年上半年度 (XC39684945_1090000156_ATTACH1.odt)

主旨：本會為強化會員健康運動新觀念，紓解生活、工作壓力，健全身心健康，進而增強工作效率及競爭力，提昇政府服務品質，茲訂於110年2月18日到6月24日止(每週四)辦理生活瑜珈班研習，請查照並轉知所屬。

說明：

一、本課程相關事項，說明如下：

(一)舉辦機關：臺中市公務人員協會。

(二)研習地點：臺中市政府臺灣大道市政大樓4樓集會堂旁挑高川堂(若遇活動則改至一樓中庭研習，並以文心樓一樓中庭優先)。

(三)研習時間：110年2月18日到6月24日止，每週四17時30分至18時30分，合計19小時。

(四)講師：王秀玉老師。

(五)參加對象：以本會會員為主，另為促進訓練資源共享，亦歡迎臺中市政府及所屬機關學校同仁(退休人員)踴躍參加。



子公換章

(六)報名方式：有意願參加者，請於110年2月10日前(逾期不受理)請填妥報名表，連同自行負擔課程費用(會員1,450元、非會員2,900元)逕送臺中市政府人事處曾于玲彙辦(如報名人數未達20人不予開班)。

二、學員注意事項：

- (一)請自備瑜珈課程用具。
- (二)瑜珈課程開始前請空腹，建議穿著可伸展衣褲進行課程。
- (三)如遇天然災害發生停班停課時(以臺中市政府宣布停班停課為主)，本課程亦停止上課。

三、請研習人員儘量搭乘公共交通運輸工具，如有停車需求，請持本公文得至臺灣大道市政大樓附屬平面層(或地下一樓)停車場免費停放，並在公文內直接事先註明車牌號碼_____、姓名_____、聯絡方式_____，以節省銷單(磁)等候時間，於課程結束後，交還至臺灣大道惠中樓地下一樓出口車道收費亭辦理手續後，再行取車離場。

四、檢附本會110年生活瑜珈班研習報名表1份。

正本：臺中市政府一級機關、臺中市各區公所

副本：臺中市政府、林理事長月棗、王秘書長秋琴、本會總務組、本會文書組、本會活動組、臺中市停車管理處

