



經絡養生健康實務班



人說：萬貫家財難買健康樂活人生！老化是每個人的必須面臨的課題，老化所產生的身心靈問題令人擔憂與困擾，所以如何的“智慧養生、聰明保健、逆齡樂活”，是現今人人所追求與嚮往的目標，有鑑於此預防老化、健康樂活是成功老化的不二法門。

深呼吸、放輕鬆！進入本會《樂活健康講堂》，讓你擁有樂活人生、寫意生活！

一、課程特色：

- 1.智慧養生、快樂保健～身心營養與經絡保健。
- 2.認識自我，從根探索，找到樂活的良帖妙方。
- 3.成功抗老～如何逆齡養生，享受健康樂活。

二、課程內容：

- ◎三分治七分養智慧養生的經絡營養學
- ◎健康身心～飲食營養與生酮飲食
- ◎這樣吃不失智～正確有益的飲食營養方式，健康大腦，快樂生活
- ◎快樂情緒與經絡養生之結合
- ◎經絡穴位多條理，氣血調和，大腦能量充沛，快樂似神仙
- ◎常用刮痧手法操作與練習

三、招收對象：1. 愛自己也愛家人的你(妳) 2. 注重養生、保健，對經絡刮痧有興趣的人

四、上課時間：107年7/14(六)、7/15(日) (上午9:00~下午4:00，共2天、12小時)

五、上課地點：歡迎洽詢本會(或於開課前參閱上課通知單)

六、報名方式：電話預約、回傳報名表或親洽

七、上課費用：\$2500元(三人同行享9折優惠)

八、付款方式：戶名：財團法人精英文教事務基金會 華南銀行公館分行(ATM代號008)，帳號：118-100-110-088

九、主辦單位：財團法人精英文教事務基金會 www.e-child.org.tw

會 址：臺北市大安區辛亥路一段86號2樓(近捷運《台電大樓站》2號出口)

十、報名專線：(02) 8369-5868#26 課務組 傳真(02) 8369-5869

十一、備 註：報名前請詳閱學員須知 <http://ppt.cc/yk2t>

《樂活健康講堂—經絡養生實務班》報名表 (請務必協助完成下列資料填寫!)

FAX : (02) 8369-5869

學員姓名		電話/手機	通訊地址							
中文		(市話) :	縣	鄉鎮	路(街)	段	巷	弄	號	樓
英文		(手機) :	市	市區						
e-mail			開課通知單		<input type="checkbox"/> 簡訊	<input type="checkbox"/> e-mail	<input type="checkbox"/> fax			