

新北市深坑區市民活動中心租表115年7月份借用登記表

萬順	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
上午				0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0900-1100 黃金資收
下午					0830-1600 長者共餐		
晚上						1830-2030 客協歌謠班	
	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
上午		0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0900-1100 黃金資收
下午					0830-1600 長者共餐		
晚上			1930-2100 萬順社區-瑜珈			1830-2030 客協歌謠班	
	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
上午		0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0900-1100 黃金資收
下午					0830-1600 長者共餐		
晚上			1930-2100 萬順社區-瑜珈			1830-2030 客協歌謠班	
	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
上午		0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0900-1100 黃金資收
下午					0830-1600 長者共餐		
晚上			1930-2100 萬順社區-瑜珈			1830-2030 客協歌謠班	
	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
上午		0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	0730-0830 柔力球	
下午					0830-1600 長者共餐		
晚上			1930-2100 萬順社區-瑜珈			1830-2030 客協歌謠班	

新北市深坑區市民活動中心租表115年7月份借用登記表

深坑第二	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
上午							
下午							
晚上					1900-2030 單人舞	1900-2100 客協舞蹈班	
	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
上午							
下午	1615-1715 暢紫霞跳舞						
晚上	1730-1830 暢紫霞跳舞	1930-2100 舞蹈研習	1830-1930/ 1950-2050 羅萍 肌力有氣		1900-2030 單人舞	1900-2100 客協舞蹈班	
	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
上午				1000-1200 銀髮玩AI			
下午	1615-1715 暢紫霞跳舞						
晚上	1730-1830 暢紫霞跳舞	1930-2100 舞蹈研習	1830-1930/ 1950-2050 羅萍 肌力有氣		1900-2030 單人舞	1900-2100 客協舞蹈班	
	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
上午				1000-1200 銀髮玩AI			
下午	1615-1715 暢紫霞跳舞						
晚上	1730-1830 暢紫霞跳舞	1930-2100 舞蹈研習	1830-1930/ 1950-2050 羅萍 肌力有氣		1900-2030 單人舞	1900-2100 客協舞蹈班	
	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
上午				1000-1200 銀髮玩AI			
下午	1615-1715 暢紫霞跳舞						
晚上	1730-1830 暢紫霞跳舞	1930-2100 舞蹈研習	1830-1930/ 1950-2050 羅萍 肌力有氣		1900-2030 單人舞	1900-2100 客協舞蹈班	

新北市深坑區市民活動中心租表115年7月份借用登記表

深一6樓	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
上午				0630-0930			0900-1200
				瑜珈			新住民聯合 關懷會
下午							1330-1630
							律動舞蹈班
晚上					1900-2100		
					瑜珈		
				1900-2000			
				運動有氧			
	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
上午	0800-0900	0630-0930	0800-1800	0630-0930	0800-1800	0800-1800	0900-1700
	爵士拉丁舞	樂齡瑜珈	小樹苗	瑜珈	小樹苗	小樹苗	鄭福田文教 基金會
下午		0930-1230		1300-1800			0900-1700
		快樂有氧		小樹苗			鄭福田文教 基金會
		1230-1800					
		小樹苗					
晚上	1900-2100	2000-2100	1830-2030	1900-2000	1900-2100	1600-2100	
	銀色奇肌	ZUMBA有氧	柔力球	運動有氧	瑜珈	鄭福田場佈	
	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
上午	0800-0900	0630-0930	0800-1800	0630-0930	0800-1800	0800-1700	0900-1200
	爵士拉丁舞	樂齡瑜珈	小樹苗	瑜珈	小樹苗	民防團人員 訓練	新住民聯合 關懷會
下午		0930-1230		1300-1800		0800-1700	1330-1630
		快樂有氧		小樹苗		民防團人員 訓練	律動舞蹈班
		1230-1800					
		小樹苗					
晚上	1900-2100		1830-2030	1900-2000	1900-2100		
	銀色奇肌		柔力球	運動有氧	瑜珈		
	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
上午	0800-0900	0630-0930	0800-1800	0630-0930	0800-1800	0800-1800	0900-1200
	爵士拉丁舞	樂齡瑜珈	小樹苗	瑜珈	小樹苗	小樹苗	新住民聯合 關懷會
下午		0930-1230		1300-1800			1330-1630
		快樂有氧		小樹苗			律動舞蹈班
		1230-1800					
		小樹苗					
晚上	1900-2100		1830-2030	1900-2000	1900-2100		
	銀色奇肌		柔力球	運動有氧	瑜珈		
	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
上午	0800-0900	0630-0930	0800-1800	0630-0930	0800-1800	0800-1800	
	爵士拉丁舞	樂齡瑜珈	小樹苗	瑜珈	小樹苗	小樹苗	
下午		0930-1230		1300-1800			
		快樂有氧		小樹苗			
		1230-1800					
		小樹苗					
晚上	1900-2100		1830-2030	1900-2000	1900-2100		
	銀色奇肌		柔力球	運動有氧	瑜珈		

新北市深坑區市民活動中心租表115年7月份借用登記表

深坑第一 5樓研二	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
上午				0930-1130 禪繞	1000-1200 薩克斯風		
下午				1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	
晚上					1900-2100 二胡練習		
	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
上午		1000-1200 薩克斯風	1000-1200 黃淑圓-讀書會	0930-1130 禪繞	1000-1200 薩克斯風		
下午		1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	
晚上				1900-2100 書法	1900-2100 二胡練習		
	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
上午		1000-1200 薩克斯風	1000-1200 黃淑圓-讀書會		1000-1200 薩克斯風		0800-1500 居家機構預定
下午		1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	
晚上				1900-2100 書法	1900-2100 二胡練習	1600-1900 小樹苗預定	
	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
上午		1000-1200 薩克斯風	1000-1200 黃淑圓-讀書會	0930-1130 禪繞	1000-1200 薩克斯風		
下午		1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	
晚上				1900-2100 書法	1900-2100 二胡練習		
	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
上午		1000-1200 薩克斯風	1000-1200 黃淑圓-讀書會	0930-1130 禪繞	1000-1200 薩克斯風		
下午		1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	1300-1600 失智據點	
晚上				1900-2100 書法	1900-2100 二胡練習		

新北市深坑區市民活動中心租表115年7月份借用登記表

深坑第一 5樓研一	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
上午						1020-1120 羅萍肌力有氧	0930-1100 跳舞(大文山)
下午				1300-1500深坑 商圈發展協會			1100-1300
				1500-1620排舞			日本舞
							1400-1600 薩克斯風
晚上				1930-2130 紳士協會	1830-1930 羅萍肌力有氧	1930-2100 阿柔排舞	1800-2200 喜樂主日聚會
	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
上午	0800-1000 薩克斯風						
	1000-1200 日本舞	0800-1300 小樹苗		0800-1300 小樹苗		1020-1120 羅萍肌力有氧	0930-1100 跳舞(大文山)
		1300-1600 城鄉局說明會	1300-1500 賴仲里辦-排舞	1500-1620 排舞			1100-1300 日本舞
下午							1400-1600 薩克斯風
		1900-2020/ 2030-2130	1900-2020	1930-2130	1830-1930	1930-2100	1800-2200
		排舞/羅萍肌力有氧	排舞	紳士協會	羅萍肌力有氧	阿柔排舞	喜樂主日聚會
	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
上午	0800-1000 薩克斯風						
	1000-1130 兒童讀經班	0800-1300 小樹苗		0800-1300 小樹苗		1020-1120 羅萍肌力有氧	0930-1100 跳舞(大文山)
			1300-1500 賴仲里辦-排舞	1500-1620 排舞		1600-1900 小樹苗預定	1100-1300 日本舞
下午							1400-1600 薩克斯風
		1900-2020/ 2030-2130	1900-2020	1930-2130	1830-1930	1930-2100	1800-2200
		排舞/羅萍肌力有氧	排舞	紳士協會	羅萍肌力有氧	阿柔排舞	喜樂主日聚會
	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
上午	0800-1000 薩克斯風						
	1000-1200 日本舞	0800-1300 小樹苗		0800-1300 小樹苗		1020-1120 羅萍肌力有氧	0930-1100 跳舞(大文山)
			1300-1500 賴仲里辦-排舞	1500-1620 排舞			1100-1300 日本舞
下午							1400-1600 薩克斯風
		1900-2020/ 2030-2130	1900-2020	1930-2130	1830-1930	1930-2100	1800-2200
		排舞/羅萍肌力有氧	排舞	紳士協會	羅萍肌力有氧	阿柔排舞	喜樂主日聚會
	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
上午	0800-1000 薩克斯風						
	1000-1200 日本舞	0800-1300 小樹苗		0800-1300 小樹苗		1020-1120 羅萍肌力有氧	
			1300-1500 賴仲里辦-排舞	1500-1620 排舞			
下午							
		1900-2020/ 2030-2130	1900-2020	1930-2130	1830-1930	1930-2100	
晚上		排舞/羅萍肌力有氧	排舞	紳士協會	羅萍肌力有氧	阿柔排舞	

新北市深坑區市民活動中心租表115年7月份借用登記表

阿柔	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
上午							0800-1700 銀髮-共餐
下午							
晚上							
	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
上午							0800-1700 銀髮-共餐
下午		1300-1700 唱歌學日					
晚上							
	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
上午							0800-1700 銀髮-共餐
下午		1300-1700 唱歌學日					
晚上							
	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
上午							0800-1700 銀髮-共餐
下午		1300-1700 唱歌學日					
晚上							
	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
上午							
下午		1300-1700 唱歌學日					
晚上							

新北市深坑區市民活動中心租表115年7月份借用登記表

昇高2樓	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
上午							
下午							
晚上				1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習
	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
上午							
下午							
晚上	1900-2200 昇高里-桌球研習	1900-2200 昇高里-桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習
	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
上午							
下午							
晚上	1900-2200 昇高里-桌球研習	1900-2200 昇高里-桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習
	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
上午							
下午							
晚上	1900-2200 昇高里-桌球研習	1900-2200 昇高里-桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習
	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
上午							
下午							
晚上	1900-2200 昇高里-桌球研習	1900-2200 昇高里-桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	1930-2130 桌球研習	

新北市深坑區市民活動中心租表114年7月份借用登記表

昇高1樓	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
上午				0800-1400 共餐前置作業		0800-1700 銀髮共餐	
下午					1300-2100 銀髮擊鼓	0800-1700 樂齡太鼓	1500-1700 薩克斯風
晚上					太極柔力球 健身球		
	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
上午		0800-1700 銀髮共餐	0800-1400 共餐前置作業	0800-1400 共餐前置作業		0800-1700 銀髮共餐	
下午		0800-1700 樂齡太鼓			1300-2100 銀髮擊鼓	0800-1700 樂齡太鼓	
晚上			1930-2100 單人舞研習		太極柔力球 健身球		
	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
上午		0800-1700 銀髮共餐	0000-2400 國軍	0000-2400 國軍	0000-2400 國軍	0800-1700 銀髮共餐	
下午		0800-1700 樂齡太鼓				0800-1700 樂齡太鼓	1500-1700 薩克斯風
晚上							
	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
上午		0800-1700 銀髮共餐	0800-1400 共餐前置作業	0800-1400 共餐前置作業		0800-1700 銀髮共餐	
下午		0800-1700 樂齡太鼓			1300-2100 銀髮擊鼓	0800-1700 樂齡太鼓	1500-1700 薩克斯風
晚上			1930-2100 單人舞研習		太極柔力球 健身球		
	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	8月1日
上午		0800-1700 銀髮共餐	0800-1400 共餐前置作業	0800-1400 共餐前置作業		0800-1700 銀髮共餐	
下午		0800-1700 樂齡太鼓			1300-2100 銀髮擊鼓	0800-1700 樂齡太鼓	1500-1700 薩克斯風
晚上			1930-2100 單人舞研習		太極柔力球 健身球		

新北市深坑區市民活動中心租表115年7月份借用登記表

土庫3樓	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
上午				0900-1500 銀髮共餐		0900-1230 延緩失能課程	1000-1200 原住民協會
下午				0900-1500 銀髮共餐			
晚上					1900-2000 土庫社區發展協會排舞		
	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
上午				0900-1500 銀髮共餐		0900-1230 延緩失能課程	1000-1200 原住民協會
下午				0900-1500 銀髮共餐			
晚上		1900-2000 土庫社區發展協會排舞			1900-2000 土庫社區發展協會排舞		
	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
上午				0900-1500 銀髮共餐		0900-1230 延緩失能課程	1000-1200 原住民協會
下午				0900-1500 銀髮共餐			
晚上		1900-2000 土庫社區發展協會排舞			1900-2000 土庫社區發展協會排舞		
	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
上午				0900-1500 銀髮共餐		0900-1230 延緩失能課程	1000-1200 原住民協會
下午				0900-1500 銀髮共餐			
晚上		1900-2000 土庫社區發展協會排舞			1900-2000 土庫社區發展協會排舞		
	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
上午				0900-1500 銀髮共餐		0900-1230 延緩失能課程	
下午				0900-1500 銀髮共餐			
晚上		1900-2000 土庫社區發展協會排舞			1900-2000 土庫社區發展協會排舞		

新北市深坑區市民活動中心租表115年7月份借用登記表

土庫2樓	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
上午							
下午							
晚上						1900-2100	
						小提琴練習	
	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
上午							
下午							
晚上	1920-2020					1900-2100	
		有氧班				小提琴練習	
	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
上午							
下午							
晚上	1920-2020					1900-2100	
		有氧班				小提琴練習	
	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
上午			1000-1200 土庫里辦公務 預定				
下午							
晚上	1920-2020					1900-2100	
		有氧班				小提琴練習	
	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
上午			1000-1200 土庫里辦公務 預定				
下午							
晚上	1920-2020					1900-2100	
		有氧班				小提琴練習	