

新北市深坑區市民活動中心112年11月份租借登記表

土庫第一	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
2樓				11月1日	11月2日	11月3日	11月4日
上午							
下午							
晚上						1900-2100 小提琴	
	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日
上午							
下午							
晚上		1920-2020 有氧班					
	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日
上午							
下午							
晚上		1920-2020 有氧班				1900-2100 小提琴	
	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日
上午							
下午							
晚上		1920-2020 有氧班				1900-2100 小提琴	
	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日		
上午							
下午							
晚上		1920-2020 有氧班					
上午							
下午							
晚上							

新北市深坑區市民活動中心112年11月份租借登記表

土庫第一	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
3樓				11月1日	11月2日	11月3日	11月4日
上午				0900-1500		0930-1230	
				銀髮共餐		延緩失能	
下午							
晚上							
	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日
上午				0900-1500		0930-1230	
				銀髮共餐		延緩失能	
下午							
晚上							
	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日
上午				0900-1500		0930-1230	
				銀髮共餐		延緩失能	
下午							
晚上							
	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日
上午				0900-1500		0930-1230	
				銀髮共餐		延緩失能	
下午							
晚上							
	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日		
上午				0900-1500			
				銀髮共餐			
下午							
晚上							

新北市深坑區市民活動中心112年11月份租借登記表

昇高	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1樓				11月1日	11月2日	11月3日	11月4日
上午						0800-1400	
						共餐	
下午					1300-1800		1500-1700
					銀髮擊鼓		薩克斯風
晚上			1930-2100		1800-2100	1900-2100	
			拉丁單人舞		健身球	客協街舞	
	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日
上午		0800-1200				0800-1400	
		共餐				共餐	
下午		1300-1700			1300-1800		1500-1700
		銀髮擊鼓			銀髮擊鼓		薩克斯風
晚上			1930-2100		1800-2100	1900-2100	
			拉丁單人舞		健身球	客協街舞	
	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日
上午		0800-1200				0800-1400	
		共餐				共餐	
下午		1300-1700			1300-1800		1500-1700
		銀髮擊鼓			銀髮擊鼓		薩克斯風
晚上			1930-2100		1800-2100	1900-2100	
			拉丁單人舞		健身球	客協街舞	
	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日
上午		0800-1200				0800-1400	
		共餐				共餐	
下午		1300-1700			1300-1800		1500-1700
		銀髮擊鼓			銀髮擊鼓		薩克斯風
晚上			1930-2100		1800-2100	1900-2100	
			拉丁單人舞		健身球	客協街舞	
	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日		
上午		0800-1200					
		共餐					
下午		1300-1700			1300-1800		
		銀髮擊鼓			銀髮擊鼓		
晚上			1930-2100		1800-2100		
			拉丁單人舞		健身球		
上午							
下午							
晚上							

新北市深坑區市民活動中心112年11月份租借登記表

阿柔	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				11月1日	11月2日	11月3日	11月4日
上午							0800-1400
							銀髮-共餐
下午							1400-1700
							銀髮健康活動
晚上							
	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日
上午							0800-1400
							銀髮-共餐
下午							1400-1700
							銀髮健康活動
晚上							
	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日
上午							0800-1400
							銀髮-共餐
下午							1400-1700
							銀髮健康活動
晚上							
	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日
上午							0800-1400
							銀髮-共餐
下午							1400-1700
							銀髮健康活動
晚上							
	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日		
上午							
下午							
晚上							

新北市深坑區市民活動中心112年11月份租借登記表

深坑第一 6樓	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				11月1日	11月2日	11月3日	11月4日
上午				0630-0930 瑜珈			
下午						14:00-16:00 肌耐力	
晚上				1920-2040 運動有氧	1900-2100 瑜珈		
	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日
上午	0800-0900 爵士舞	0800-1100 活力有氧		0630-0930 瑜珈			
下午				1400-1600 松大共同課程	1500-1700 地方特色	14:00-16:00 肌耐力	
晚上	1900-2030 有氧	2000-2100 尊巴舞	1900-2000 柔力球	1920-2040 運動有氧	1900-2100 瑜珈		1800-2200 主日聚會
	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日
上午	0800-0900 爵士舞	0800-1100 活力有氧		0630-0930 瑜珈			
下午						14:00-16:00 肌耐力	
晚上	1900-2030 有氧	2000-2100 尊巴舞	1900-2000 柔力球	1920-2040 運動有氧	1900-2100 瑜珈		
	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日
上午	0800-0900 爵士舞	0800-1100 活力有氧		0630-0930 瑜珈			
下午	大愛					14:00-16:00 肌耐力	
晚上	1900-2030 有氧	2000-2100 尊巴舞	1900-2000 柔力球	1920-2040 運動有氧	1900-2100 瑜珈		
	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日		
上午	0800-0900 爵士舞	0800-1100 活力有氧		0630-0930 瑜珈			
下午							
晚上	1900-2030 有氧	2000-2100 尊巴舞	1900-2000 柔力球	1920-2040 運動有氧	1900-2100 瑜珈		
上午							
下午							
晚上							

新北市深坑區市民活動中心112年11月份租借登記表

深坑第一	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
5樓研一				11月1日	11月2日	11月3日	11月4日
上午					0900-1200	1015-1115	0930-1100
					手機應用班	肌力有氧	國標
下午				1500-1620	1330-1630		1330-1800
				排舞	歌唱班		雙語歡樂
晚上				1930-2130	1830-1930	1900-2100	1800-2200
				紳士協會課程	肌力有氧	阿柔排舞	主日聚會
	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日
上午					0900-1200	1015-1115	0930-1100
					手機應用班	肌力有氧	國標
下午				1500-1620	1330-1630		1330-1800
				排舞	歌唱班		雙語歡樂
晚上		1700-2020	1700-2020	1930-2130	1830-1930	1900-2100	1800-2200
		排舞	排舞	紳士協會課程	肌力有氧	阿柔排舞	主日聚會
	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日
上午					0900-1200	1015-1115	0930-1100
					手機應用班	肌力有氧	國標
下午				1500-1620	1330-1630		1330-1800
				排舞	歌唱班		雙語歡樂
晚上		1700-2020	1700-2020	1930-2130	1830-1930	1900-2100	1800-2200
		排舞	排舞	紳士協會課程	肌力有氧	阿柔排舞	主日聚會
	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日
上午					0900-1200	1015-1115	0930-1100
					手機應用班	肌力有氧	國標
下午				1500-1620	1330-1630		1330-1800
				排舞	歌唱班		雙語歡樂
晚上		1700-2020	1700-2020	1930-2130	1830-1930	1900-2100	1800-2200
		排舞	排舞	紳士協會課程	肌力有氧	阿柔排舞	主日聚會
	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日		
上午					0900-1200		
					手機應用班		
下午				1500-1620	1330-1630		
				排舞	歌唱班		
晚上		1700-2020	1700-2020	1930-2130	1830-1930		
		排舞	排舞	紳士協會課程	肌力有氧		
上午							
下午							
晚上							

新北市深坑區市民活動中心112年11月份租借登記表

深坑第一	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
5樓研二				11月1日	11月2日	11月3日	11月4日
上午							
下午							1330-1800 雙語歡樂
晚上					1900-2100 二胡		
	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日
上午			1000-1200 讀書會				
下午							1330-1800 雙語歡樂
晚上					1900-2100 二胡		
	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日
上午			1000-1200 讀書會			0800-1130 資訊中心電腦課	
下午							1330-1800 雙語歡樂
晚上					1900-2100 二胡		
	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日
上午			1000-1200 讀書會				
下午							1330-1800 雙語歡樂
晚上					1900-2100 二胡		
	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日		
上午			1000-1200 讀書會				
下午							
晚上					1900-2100 二胡		
上午							
下午							
晚上							

新北市深坑區市民活動中心112年11月份租借登記表

萬順	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				11月1日	11月2日	11月3日	11月4日
上午							0900-1100 黃金資收
下午				1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	
晚上				1900-2100 國標舞	2000-2100 ZUMBA有氧		
	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日
上午							0900-1100 黃金資收
下午		1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	
晚上	1900-2100 客協歌謠班		1930-2100 萬順社區-瑜珈	1900-2100 國標舞	2000-2100 ZUMBA有氧		
	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日
上午							0900-1100 黃金資收
下午		1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	
晚上	1900-2100 客協歌謠班		1930-2100 萬順社區-瑜珈	1900-2100 國標舞	2000-2100 ZUMBA有氧		
	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日
上午							0900-1100 黃金資收
下午		1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1300-1800 家電維修課
晚上	1900-2100 客協歌謠班		1930-2100 萬順社區-瑜珈	1900-2100 國標舞	2000-2100 ZUMBA有氧		
	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日		
上午							
下午		1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點	1230-1730 失智據點		
晚上	1900-2100 客協歌謠班		1930-2100 萬順社區-瑜珈	1900-2100 國標舞	2000-2100 ZUMBA有氧		
上午							
下午							
晚上							