

羅東博愛醫院攜手國立宜蘭大學 「生活型態醫學工作坊」活動預告

編號	活動名稱	活動時間	活動地點	備註
1	壓力管理 正念減壓	114.6.27 (五) 12:00-2:00pm	舞蹈教室 (一) 體育館一樓	正念伸展 ★需瑜珈墊
2	身體活動 運動處方 宜大匹克 球初體驗	113.7.4 (五) 114.7.11 (五) 114.7.14 (一) 12:00-2:00pm	羽球場 體育館 地下一樓	匹克球運動+ 彈力帶 董至聖主任 指導
3	照護健康 身體解碼 分析	7/15-7/18 <u>預約檢測時段</u> <u>調查</u>	怡然診所 (宜蘭市宜 中路133號) 03-93143551	請依排定時 間至怡然診 所完成身體 組成分析檢 測
	成果饗宴	114.7.30 (三) 2:00-3:00pm	綜合103教室	成果分享暨 頒獎典禮