



台北靈糧堂致福益人學苑

最新2025年 9~12月活動

早鳥專案 2025/6/23(一)~2025/6/24(二)

早鳥可享85折優惠

正式報名 2025/6/30(一)~2025/8/21(四)

強力推薦

- A20 流利說日文(初級會話)
- A25 歡樂小烏彈唱
- B02 經絡保健與芳香療法
- D02 彩色漫畫
- G03 全視訊 靈活關節與肌力運動
- G06 全視訊 從"心"溝通練習曲

最新活動

- C02 手機生活AI趣
- F01 體重管理健康瘦
- F02 素描變彩繪
- A03 樂器演奏初階：鋼琴和陶笛
- G02 公園生態探索1

本次採網路與現場熱情服務同步報名

不接受電話報名

現場報名：宣教大樓11樓益人學苑辦公室(電梯後方)

報名請掃QR Code

或搜尋"台北靈糧堂致福益人學苑報名"

洽詢專線：6630-3022

分機 8528/8520/8524/8525/8522



掌握資訊

搶先報名





活動時間表

	週一	週二	週三	週四	週五
上 午	H1 A01 管弦樂 A02 爵士鋼琴 A03 NEW 樂器演奏 初階：鋼琴和陶笛	H1 A08 看電影翻轉人生 H3 C03 日文進階 1	H1 A15 身心鬆活運動 A16 舒緩舞蹈& 核心訓練 A27 歌唱人生	H1 A19 鉛筆素描 A20 流利說日文 (初級會話)	
	H3 C01 手機攝影美學 A	H5 D01 手機攝影美學 B	H5 D02 彩色漫畫	X1 F05 書法之美-行 書	
	W1 E01 加油! 日本語	X1 F02 NEW 素描變彩繪	W1 E02 電子琴入門 A		
	X1 F01 NEW 體重管理健康瘦		X1 F03 美力核心爵士 舞		
	N1 H01 跳躍音符小鳥				
下 午	H1 A04 佛朗明哥菁英 A05 增肌減脂伸展 韻動 A06 樂在英文 閱讀(初級) A07 爵士非洲鼓 A26 陶笛與鋼琴的 合鳴	H1 A09 英文歌唱 A10 應用日語會話 A11 超會說日語 A12 打擊樂器 A13 薩克斯風 A14 U4 烏克麗麗 彩虹合奏	H1 A17 日文歌唱 A18 國台語歌唱 H2 B05 日語基礎會話	H1 A21 彩筆手繪創作 基礎 A22 U6 烏克麗麗 樂團 A23 U5 烏克麗麗 樂團 A28 從心唱起歌唱	H1 A24 樂在英文閱讀 (中級) A25 歡樂小鳥彈唱
	H2 B01 摺紙好好玩 B02 經絡保健與芳 香療法	H2 B03 彈力帶肌力運 動 B04 桌遊同樂會	X1 F04 電子琴入門 B	戶外 G04 生態靈修體驗 2	全視訊 G05 日文進階 2 G06 從"心"溝通 練習曲
	H3 C02 NEW 手機生活 AI 趣	戶外 G02 NEW 公園生態探索 1	全視訊 G03 靈活關節與肌 力運動		
	戶外 G01 公園生態探索 2				



免費專區
從懷疑到相信 一對一免費課程





H1 地點：台北市大安區和平東路二段24號

星期	編號	活動名稱	活動簡介	時 間	週數	服務成本	老師	開始日
一	A01	管弦樂	由老師帶領樂團練習中外古典/流行名曲(如有演出任務將視需要調整曲目)。需有樂器基礎(大中小提琴、管樂器、風琴等)	9:00-10:25	17	2100	李高昌	9/1
一	A02	爵士鋼琴	鋼琴各種調性、和弦、樂理解說示範，需有音樂基礎。	10:35-12:00	17	2100	李高昌	9/1
一	A03	NEW 樂器演奏初階：鋼琴和陶笛	樂理、鋼琴和陶笛三合一活動，適合完全初學者。 教材-巴斯田成人鋼琴教程(天音出版)附 CD-390 元/陶笛講義 110 元·代購陶笛特價 650 元。	10:00-12:00	17	2500	莊璧嘉	9/1
一	A04	佛朗明哥菁英	走進佛朗明哥的世界，需要你對生命有熱情！歡迎妳一同來歡笑與流汗，舞出不同的生命～限舊生	13:30-15:25	17	2500	趙婉君	9/1
一	A05	增肌減脂伸展韻動	藉毛巾彈力帶疏通經絡，強健肌群與伸展，律動活化心肺。請備毛巾長 75 寬 33 公分、彈力帶 200 公分，各一。(不適極重訓需求者)	13:30-15:25	17	2500	蔡叔蕙	9/1
一	A06	樂在英文閱讀(初級)	本期將共讀英文小說 David Copperfield (塊肉餘生錄)，本書係英國作家 Charles Dickens 所著，內容描寫出強者如何殘酷對待弱者，以及人的財富和其道德不一定相等。適合初學人士。具備國中英語程度。 材料費：David Copperfield (塊肉餘生錄) 改寫版 250 元 教材內容請掃 QR code	15:35-17:30	17	2500	袁凱遜	9/1
一	A07	爵士非洲鼓	爵士非洲鼓是以節奏來支撐樂團的重要角色，以來自西非曼丁文化的 Djembe 手鼓為樂器，用爵士的音色配合音樂自然鼓出美麗的樂章！無基礎可/可借鼓或自備	15:35-17:30	17	2500	方逸嫻	9/1
二	A08	看電影翻轉人生	以電影打開您心靈視窗，透過故事不同角色的心路歷程，進而交織感悟人生課題，走一趟自我覺察的心靈之旅。	10:00-12:00	17	2500	真善美師資團隊	9/2
二	A09	英文歌唱	歌唱技巧指導、歌曲意思說明、新歌與經典歌曲練唱。讓您拿著麥克風-勇敢自信地開懷歌唱。(略懂英文)	13:30-15:25	17	2500	吳靜慧	9/2
二	A10	應用日語會話	透過情境短劇，練習聽說讀寫。加上實際角色扮演，提升會話能力。 教材：情境日本語-480 元	13:30-15:25	17	2500	袁文綺	9/2
二	A11	超會說日語	用有趣好記輕鬆的方式學會說「道地自然」的日語。透過會話活動，你將能感受到自己的會話有著實的進步哦！ 教材：『會！日本語 初階 2』480 元	13:30-15:25	17	2500	王啟旭	9/2
二	A12	打擊樂器	基礎節奏訓練、爵士鼓基本打法與應用，不需基礎。	14:00-15:25	17	2100	李高昌	9/2
二	A13	薩克斯風	薩克斯風演奏、合奏、Bb 與 Eb 調練習，無基礎可。	15:35-17:00	17	2100	李高昌	9/2



地點：台北市大安區和平東路二段24號

星期	編號	活動名稱	活動簡介	時 間	週數	服務成本	老師	開始日
二	A14	U4 烏克蘭麗麗彩虹合奏	已完成進階階段，今天進一步挑戰自己，彈奏烏克蘭麗麗的能力，並提高大家的學習興趣，內容包含熱身篇，彈唱篇，樂理篇及經驗分享。 教材：烏克蘭麗麗二指法完美編奏(陳建廷著 麥書國際文化)360 元	15:35-17:30	17	2500	祖中悅	9/2
三	A15	身心鬆活運動	以身心動作教育 somatics movement education 為基礎，探索身體、增加整體柔軟流動性、活化筋膜，打開關節空間、減少疼痛，學習身心放鬆、恢復自愈能力並提升睡眠品質。(自備瑜珈墊)	9:30-11:30	17	2500	黃哲慧	9/3
三	A16	舒緩舞蹈&核心訓練	幫助學生們在運動中找回自信和平衡力，透過專業舞蹈的訓練，讓大家骨正筋柔，氣血暢流，趕走腰酸背痛。(自備：運動服)	10:00-12:00	17	2500	余靜	9/3
三	A17	日文歌唱	日語歌曲的念法與發聲練習、歌曲的意思說明、日語歌曲演唱技巧。讓您拿著麥克風-勇敢自信地開懷歌唱。(略懂五十音)	13:30-15:25	17	2500	吳靜慧	9/3
三	A18	國台語歌唱	歌唱技巧指導、音感與讀譜訓練、流行&經典歌曲練唱。讓您拿著麥克風-勇敢自信地開懷歌唱。	15:35-17:30	17	2500	吳靜慧	9/3
四	A19	鉛筆素描	啟發學員的繪畫熱情，結合基礎技法與創意，並強調實踐與反思的重要性，提供專業指導和鼓勵(無基礎可)。 材料費：約 500 元	10:00-12:00	17	2500	王國鎮	9/4
四	A20	流利說日文(初級會話)	將日文初級的句型活用在工作生活會話中。活動的重點放在句型與其功能為主，可以學到最自然的日語。(需有 N5 程度)	10:00-12:00	17	2500	袁文綺	9/4
四	A21	彩筆手繪創作基礎	色鉛筆與水彩在創作過程中與幸福相遇~構圖設計、繪製卡片、插畫及繪本圖案，增強專注力，培養審美觀！無基礎可。(新生開學時統一購買工具/有色鉛筆及水彩者可不用加購) 材料費：約 300 元	13:30-15:25	17	2500	林佩蓉	9/4
四	A22	U6 烏克蘭麗麗樂團	我們先從學員彈奏能力分組，按曲目需求分部練習，並精熟中高把位的彈奏能力，合奏出美妙的樂章，歡迎喜歡的朋友報名參加！ 教材費：神奇烏克(玩耳音樂有限公司) 附 CD-500 元 ，歡迎有演奏基礎愛樂朋友	13:30-15:25	17	2500	祖中悅	9/4
四	A23	U5 烏克蘭麗麗樂團	我們先從學員彈奏能力分組，按曲目需求分部練習，並精熟中高把位的彈奏能力，合奏出美妙的樂章，歡迎喜歡的朋友報名參加！ 教材費：神奇烏克(玩耳音樂有限公司) 附 CD-500 元 ，歡迎有演奏基礎愛樂朋友	15:35-17:30	17	2500	祖中悅	9/4
五	A24	樂在英文閱讀(中級)	本期將共讀英文小說 Great Expectations (遠大前程)，本書係英國作家 Charles Dickens 之作品，內容描寫出社會各階層的不公現象，以及社會地位與道德並不一定相關。具備國中英語程度。 材料費：Great Expectations (遠大前程) 改寫版 270 元 教材內容請掃 QR code	13:30-15:25	17	2500	袁凱遜	9/5
五	A25	歡樂小烏彈唱	基礎 C 大調音階彈奏，配合左手和弦轉換及右手節奏律動，學會視譜自彈自唱。適合想要打好基礎初學者參加。	15:35-17:30	17	2500	林純玉	9/5



**H1****地點：台北市大安區和平東路二段24號 後棟**

星期	編號	活動名稱	活動簡介	時 間	週數	服務成本	老師	開始日
一	A26	陶笛與鋼琴的合鳴	這是結合陶笛和鋼琴的合奏活動，透過分組討論與練習，一同演奏詩歌、聖誕歌、二重奏及四手聯彈小品。兩項樂器，其中一項需有基礎。	13:30-15:25	17	2500	莊璧嘉	9/1
三	A27	歌唱人生	日文歌曲是最容易入門的外文歌曲，愛唱歌的你，加入本活動將讓你一口氣學會國台日三種語言的歌曲。(歡迎熱愛唱歌的人)	10:00-12:00	17	2500	吳靜慧	9/3
四	A28	從心唱起歌唱	開心學習唱歌，突破歌唱技巧、引導歌唱表達內心情感，讓音樂紓解心靈。歡迎喜愛歌唱朋友參加。	15:35-17:30	17	2500	陳俐惠	9/4

**H2****地點：台北市大安區和平東路二段257號2樓**

星期	編號	活動名稱	活動簡介	時 間	週數	服務成本	老師	開始日
一	B01	摺紙好好玩	手腦並用摺出：陀螺、繡球花、車輪餅盒、桃心鶴、魔術盒、變色方塊、信封、鬱金香餐巾紙盒、花圈、化妝包、雪的結晶、星星、聖誕卡(圈、吊飾)、紅包等。	13:30-15:25	17	2500	袁文綺	9/1
一	B02	經絡保健與芳香療法	經絡保健與芳香療法，在於激活身體能量、安穩情緒、提升免疫力，改善睡眠品質，促進身心健康的保健方法。適合對經絡養生保健及精油知識、調配等有興趣者。 材料費：200 元	15:35-17:30	17	2500	王雲	9/1
二	B03	彈力帶肌力運動	為預防肌少症、保護關節並穩健脊椎，藉助彈力帶針對單/多關節進行肌力、平衡感等訓練，並以重量沙包進行暖身運動。自備：環狀彈力帶、重量沙包(說明後自備)。活動地點：B1	13:30-15:25	17	2500	賴玉雯	9/2
二	B04	桌遊同樂會	以各國創意桌遊開啟大腦反應、記憶、邏輯、推理、聯想及合作等多元能力，防失智緩老化，營造家庭好氛圍，活動採分組實際操作。	13:30-15:25	17	2500	芮嘉玲	9/2
三	B05	日語基礎會話	大家的日本語初級 II 開始學習動詞的普通型變化，運用在句型裡能更豐富的表達。 教材：大家的日本語初級 II-480 元	14:00-16:00	17	2500	袁文綺	9/3

**H3****地點：台北市大安區和平東路二段18巷3弄4號**

星期	編號	活動名稱	活動簡介	時 間	週數	服務成本	老師	開始日
一	C01	手機攝影美學 A	手機攝影的魅力在於它的便攜性和靈活性，讓我們能夠隨時隨地用手機捕捉上帝所創造出來的美好畫面。需會使用手機基本功能 (保費另計約 200 元)	8 週/ 10:00-12:00 6 週/ 09:30-12:30	14	2500	周麗紅	9/1
一	C02	NEW 手機生活 AI 趣	從手機操作、掛號導航到 AI 聊天與繪圖創作，手把手教你用手機輕鬆連結生活，開心學習不設限！	14:00-16:00	17	2500	許嘉泰	9/1
二	C03	日文進階 1	生活日語的應用&文法的活用。 材料費：約 300 元	9:30-11:30	17	2500	顏淑卿	9/2



**H5****地點：台北市大安區和平東路三段46-5號**

星期	編號	活動名稱	活動簡介	時 間	週數	服務成本	老師	開始日
二	D01	手機攝影美學 B	手機攝影的魅力在於它的便攜性和靈活性，讓我們能夠隨時隨地用手機捕捉上帝所創造出來的美好畫面。需會使用手機基本功能(保費另計約200元)	8 週/ 10:00-12:00 6 週/ 09:30-12:30	14	2500	周麗紅	9/2
三	D02	彩色漫畫	對繪畫有興趣的零基礎者、充滿學習漫畫的天馬行空熱情，由淺入深掌握光影透視、構圖技巧，並逐步融入色彩應用，完成個人創作。●新生開學時統一購買工具！材料費約 800 元。	10:00-12:00	17	2500	蕭斌	9/3

**W1****地點：台北市大安區溫州街74巷2弄4號**

星期	編號	活動名稱	活動簡介	時 間	週數	服務成本	老師	開始日
一	E01	加油！日本語	內容涵蓋「消費購物」、「外出」、「旅行」、「與朋友談論」等貼近生活的主題。藉由「說說看」、「聽聽看」、「挑戰！」等，情境中吸收新的文法與詞彙。 教材：會！日本語初級 1-480 元	9:30-11:30	17	2500	袁文綺	9/1
三	E02	電子琴入門 A	電子琴操作、樂曲練習、解說示範，需有音樂基礎。	9:30-11:30	17	2500	李高昌	9/3

**X1****地點：台北市大安區信義路三段134巷82號2樓**

星期	編號	活動名稱	活動簡介	時 間	週數	服務成本	老師	開始日
一	F01	NEW 體重管理健康瘦	讓專業的健康體重管理師來幫助你，用正確的飲食和運動達成減脂增肌的目標，讓體重回到理想範圍，擺脫代謝疾病的威脅，讓身體健康！（智慧型藍芽體脂計 800 元）	10:00-12:00	17	2500	趙婉君	9/1
二	F02	NEW 素描變彩繪	增強記憶力先從素描開始，只要對繪畫有興趣的初學者，從基礎、光影透視、並逐步融入色彩結合充份應用，完成夢想創作。每個內容都參照日式作業，由素描逐漸溶入色彩完成作品！●新生開學時統一購買工具！材料費約 800 元。	10:00-12:00	17	2500	蕭斌	9/2
三	F03	美力核心爵士舞	藉由輕鬆的律動，跟著老師舞蹈身體，慢慢訓練心肺及肌耐力，活動中會搭配輕鬆的伸展，讓肌肉可以保持彈性，增強肌肉的續航力。期中會帶入好玩的爵士舞蹈喔！（自備：彈力帶一條）	10:00-12:00	17	2500	黃茹郁	10/1
三	F04	電子琴入門 B	電子琴操作、樂曲練習、解說示範，需有音樂基礎。	14:00-16:00	17	2500	李高昌	9/3
四	F05	書法之美—行書	透過名家書帖欣賞，進入中國書法美麗的世界，親自臨摹享受書寫及欣賞書法之美的樂趣。無基礎可。教材費：王羲之興福寺斷碑/潘錦夫著(大眾書局-名家墨跡精選 17) 200 元	10:00-12:00	17	2500	林有光	9/4



全視訊或戶外

星期	編號	活動名稱	活動簡介	時 間	週數	服務成本	老師	開始日
一	G01	戶外公園生態探索 2	帶您走出戶外、親近大自然，到台北近郊的公園，欣賞自然生態的奇妙，認識與萬有和好共存的人生智慧！可自行到戶外活動地點集合、有基本的爬坡能力、可步行 2~3 小時 (保費另計約 403 元)	2 週/ 13:30-15:30 12 週/ 13:30-16:00	14	2500	陳秋萍 生態教學團隊	9/8
二	G02	NEW 戶外公園生態探索 1	帶您走出戶外、親近大自然，到台北近郊的公園，欣賞自然生態的奇妙，認識與萬有和好共存的人生智慧！可自行到戶外活動地點集合、有基本的爬坡能力、可步行 2~3 小時 (保費另計約 403 元)	2 週/ 13:30-15:30 12 週/ 13:30-16:00	14	2500	陳秋萍 生態教學團隊	9/9
三	G03	全視訊靈活關節與肌力運動	透過複合式動作並利用彈力帶模擬肌肉張力來活動關節、強化肌力並建立自身正確的肌肉控制方式。自備彈力帶 (長>3m/寬 15cm/厚 0.35mm)	14:00-16:00	17	2500	賴玉雯	9/3
四	G04	戶外生態靈修體驗 2	帶您走出戶外，透過自然觀察、安靜默想，修復與創造主、與自己、與人、與萬有和好的關係，提昇身心靈健康！願意藉由聖經金句豐富自我生命、學習與自己對話；可自行到戶外活動地點集合、有基本爬坡能力 (保費另計約 341 元)	2 週/ 13:30-15:30 10 週/ 13:30-16:30	12	2500	陳秋萍 生態教學團隊	9/11
五	G05	全視訊日文進階 2	生活日語的應用&文法的活用。材料費：約 300 元	14:00-16:00	17	2500	顏淑卿	9/5
五	G06	全視訊從“心”溝通練習曲	引進全球風行的溝通方式—非暴力溝通 (NVC)，透過觀察事實、識別感受、探索需要、提出請求，達到有效溝通。期待透過〈同理心溝通四步驟〉的實作和練習，幫助學員與自己建立連結，與他人共創美好關係。教材費：非暴力溝通——愛的語言 (全新增訂版) 定價：320 元	15:30-17:30	17	2500	鄭逸雲	9/5



N1 地點：台北市中山區南京東路二段139號B1

星期	編號	活動名稱	活動簡介	時 間	週數	服務成本	老師	開始日
一	H01	跳躍音符小鳥	學習烏克蘭麗麗各種不同技巧，包括：彈、唱合而為一，正確演奏技巧，轉調和弦等！(具備：上完初階為宜)	10:00-12:00	17	2500	邱克誠	9/1

網路報名

1. 進入網站首頁
2. 點選“我要報名”進入“活動報名”




網路報名教學步驟
請掃描QR Code



報名須知：

- 1.活動方式：以**實體或視訊**進行。
- 2.**早鳥報名**：2025/6/23(一)-6/24(二)，可享 85 折優惠，此專案與其他優惠不能併用。
- 3.**正式報名**：2025/6/30(一)-8/21(四)。材料款項依活動另計。
- 4.報名方式：前往「台北靈糧堂致福益人學苑報名網站」<https://gvcschool.breadoflife.taipei/>報名或現場協助報名。協助報名時間：週一至週四上午 09:30-12:00/下午 1:30-5:30 及週五下午 1:30-5:30 現場協助報名地點：宣教大樓11樓益人學苑辦公室。
- 5.週六、日及國定假日無現場報名服務。
- 6.**完成繳款後始報名成功**，若超過繳款單上設定的繳款期限仍未繳款，系統名額將自動釋出，請勿再繳款。
- 7.報名截止後，剩餘名額採用插班現金繳款方式。
- 8.已報名請務必於 2025/8/25(一)後注意手機簡訊，**參加視訊活動請點擊連結加入該活動的line**群組以方便聯繫。
- 9.活動開始後若加選活動，需繳全額，不另行扣除已上過活動之服務成本。
加選截止日期：2025/9/19(五)請洽益人學苑辦理。若需服務成本收據，請至網路會員專區列印。
- 10.報名截止日前，同期報兩項便成為永久會員VIP，並於下期開始享終身 9 折優惠。
- 11.報名人數未達 10 位，恕不開辦。(請來電確認是否開辦)
- 12.學員資格：18 歲(含)以上。

繳款辦法：

※請持電子繳款單至四大超商繳款。

改選、退選辦法：

請於 2025/9/19(五)前至益人學苑辦理。僅接受現場作業，恕不受理電話辦理手續。
受理時間：週一至週四早上 09:30-12:00，下午 1:30-5:30 及週五下午 1:30-5:30。

活動改選：

- 1.憑身分證正面影本或繳款證明至 11 樓辦公室辦理，僅限一次免行政手續費。
- 2.同一項活動只限改選一次，超過次數，每次酌收行政手續200元。改選之活動以當時系統顯示成本計，若有差額，再依照繳款、退款辦法辦理。
- 3.逾期恕不受理。

活動退選/退款：

- 1.開始日前退選，全額退款。
- 2.第一次開始後退選，扣活動服務成本 200 元後退還餘額。
- 3.第二次開始後退選，扣活動服務成本 400 元後退還餘額。
- 4.第三次開始後退選，扣活動服務成本 600 元後退還餘額。
5. 2025/9/19(五)後恕不受理退款。(備註：如本人遇不可抗拒之重大疾病無法繼續參加活動的學員，學苑會全額退款。)
- 6.憑身分證正面影本或繳款證明至 11 樓辦公室辦理退款。
- 7.因報名人數不足未能開辦，可改選至其他未額滿之活動或是辦理全額退款。
退款者，請帶身分證正面影本或繳款證明至 11 樓辦理退款，逾期視同棄權。

※學苑立場：

政治—

請不要在上課時，從事政治活動或發表個人立場言論，避免引發不必要的衝突或對立。

推銷—

請勿向同學推銷。

借貸—

學員之間不借貸。

互助會—

請勿在學苑中，主動邀人參加互助會。

注意事項：

- 1.活動開始日期：2025/9/1(一)起共十七週。
*活動的服務成本不包含教材款項及保險款項。
*在活動期間若有需要保險，請自行保險或團保。
*教材款項依活動另計，開辦後再收取。
- 2.遇國定假日順延補辦。若遇颱風天災，政府公告停辦，當次本學苑停辦，不予補辦，不另行通知。
其它特殊狀況，學苑保留調整的權利。
- 3.因私人因素請假者，無補上或退款機制，恕無法辦理延期。
- 4.本學苑依報名人數保留教室調整、開辦與否及合併保留更改之權利。
- 5.本學苑有權保留活動內容變動及時間調整之權利，若有變動將提前告知。

