國際獅子會３００Ａ １區 函

機關地址：104台北市長安東路2段52號5樓

電　　話：(02)2511-5666

傳　　真：(02)2511-5667

**受文者：如行文正副本單位**

發文日期：中華民國114年04月16日

發文字號：114秘（佳）字第140號

速　　別：速件

密等及解密條件：

附　　件：

主　　旨：舉辦本區2024-2025年度「健康體適能推廣講座」，詳如說明，敬請　查照。

說　　明：

1. 健康體適能推廣委員會致力於推動在生活中實踐運動保健的重要性，運用最簡易便利的方式來達成運動保健的功效；不管是男女老少，都能夠輕鬆享受藉由運動讓大腦分泌多巴胺，而帶來的愉悅感。
2. 講座日期：民國114年5月9日（星期五）  
    時間：下午1:30報到聯誼，2:00講座開始
3. 講座地點：本區會館－楠琴廳。  
   　　　　　（台北市長安東路2段52號5樓）
4. 講座主題：運動保健大小事  
    (一)漫談運動保健與生活飲食  
    (二)保命防跌勇骨健身大作戰
5. 歡迎轉知所屬分會之獅友踴躍參加。
6. 主辦單位：國際獅子會300A 1區  
   　　　　　健康體適能推廣委員會主席 蔣文婷獅友

正　　本：一、專區主席、分區主席、各會會長

　　　　　二、健康體適能推廣委員會主席蔣文婷

獅友

副　　本：一、複合區丁前任議長其源獅友、前任總監、第一副總監、第二副總監、

複合區鄭前議長道檣獅友、前總監、榮譽副總監、區內閣

　　　　　二、採訪組長、攝影組長

 　　　　 總監