

花蓮縣銅門國小辦理 110 學年度學校健康促進實施計畫增能研習課程表

一、 研習時間:110 年 3 月 9 日(三) 13:30-15:30

二、 講師:慈濟大學 黃森芳教授

三、 研習主題:不健康脂肪可以訓練成健康脂肪嗎? Fat or Fit, 那一個重要?

四、 研習地點:線上研習(<https://meet.google.com/fbu-jkih-jpo>)

五、 課程表:

時間	課程	備註
13:30-13:40	開場	
13:40-14:30	不健康脂肪可以訓練成健康脂肪嗎? Fat or Fit, 那一個重要?	
14:30-14:40	中場休息	
14:40-15:20	不健康脂肪可以訓練成健康脂肪嗎? Fat or Fit, 那一個重要?	
15:20-15:30	綜合討論 & Q/A	