

教职工健身培训课程表（2023秋季）

序号	星期	时间	开课校区	项目	地点
1	周一	12:00-13:00	三牌楼校区	瑜伽	三牌楼游泳馆体操房
2	周三	12:00-13:00	三牌楼校区	瑜伽	三牌楼游泳馆体操房
3	周三	12:00-13:00	三牌楼校区	书法	三牌楼科学会堂第三会议室
4	周五	12:00-13:00	三牌楼校区	瑜伽	三牌楼游泳馆体操房
5	周二	12:00-13:00	仙林校区	吉他	仙林校区大学生活动中心三楼团校教室
6	周二	12:00-13:00	仙林校区	健身龙（彩带龙）	仙林校区体育馆龙狮团教室
7	周二	12:15-13:15	仙林校区	瑜伽	仙林校区体育馆瑜伽教室
8	周二	18:30-20:00	仙林校区	中国舞	仙林校区体育馆一楼体操房
9	周三	12:15-13:15	仙林校区	太极拳（剑）	仙林校区体育馆一楼武术房
10	周三	12:15-13:15	仙林校区	武术（跆拳道）	仙林校区体育馆三楼跆拳道教室（原体测房）
11	周三	18:00-19:00	仙林校区	健身操课	仙林校区体育馆一楼武术房
12	周三	18:00-19:30	仙林校区	拉丁舞	仙林校区体育馆一楼体操房
13	周四	12:00-13:00	仙林校区	非洲鼓	仙林校区大学生活动中心三楼团校教室
14	周五	12:00-13:00	仙林校区	尤克里里	仙林校区大学生活动中心三楼团校教室
15	周五	12:15-13:15	仙林校区	瑜伽	仙林校区体育馆瑜伽教室