

苗栗縣學校環境品質提升-健康促進學校訪視

健康飲食課程

校名：苗栗縣立大同高級中學

一、實施概況

執行情形 (年級、...)	參加對象	參加人數	推動方式簡介(條列式)
教職員	教職員	38 人	提倡本校教職員工正當休閒活動，維護身心健康改善虛弱體質，強化心肺功能以增進體能、強化肌並，提昇教員工體適能，促進身心均衡發展。

二、活動照片



說明：有氧課程同仁認真學習



說明：由老師帶領運動中



說明：瑜珈課程認真上課情形



說明：由老師協助調整正確姿勢