



嘉藥休閒保健體驗營 給你健康好氣色

結合「職業運動管理」、「健身實況體驗」以及「廢棄養生食材再利用」的「休閒保健體驗營」日前在嘉南藥理大學熱烈登場，吸引許多對健身運動與體態管理有興趣的高中學子報名，對於夜店風格設計，包含心肺有氧、自由重訓以及機械操作等多樣設備新穎的健身中心，深受參加學員的喜愛；一系列豐富多樣的課程安排讓參與的同學們對嘉藥休閒系有更多的了解及興趣。

「休閒保健體驗營」多元有趣，不僅可以在夜店風健身中心體驗健身課程，還有由內而外的養生教學，動靜兩相宜。嘉藥休閒系陳文杰老師介紹健身中心的高端設備並示範正確使用方式，接著引導學員進行體適能檢測，好讓同學可以依照自己的體能狀態來選用適合的設備；林常江老師則教導學員認識人體重要穴位及按摩技法，利用家中做菜常有的食材薑蒜片配合艾灸，做隔薑灸及隔蒜灸，促進氣血循環，讓自己不化妝就有好氣色，還能將所學運用在家人身上。

第一次來到嘉藥的善化高中林同學表示，很開心參加這麼特別的活動，活動安排充實有趣，原來大學跟高中的環境及老師那麼不同，每一堂課程對他來說都是全新的體驗，尤其是林老師最後教的計算生命靈數，更是讓他瞠目結舌印象深刻，帶著滿滿的收穫要回家和家人分享今天所學到的經絡按摩。

嘉藥休閒系主任黃宗誠表示，近年來台灣人對於假日健康休閒越來越重視，政府也投入大量資源到台灣休閒觀光產業經濟產值，有鑑於此，嘉藥休閒保健管理系課程以培養休閒企劃、會展管理與行銷、



嘉南藥理大學 新聞稿

聯絡人：公共事務組林怡君、吳尚怡
電話：(06)2664911 # 1042、1043
E-Mail：box1042@mail.cnu.edu.tw
box1043@mail.cnu.edu.tw

健康促進專業人才為主，畢業前規劃同學至知名飯店、休閒場所及活動行銷創意公司實習，為同學踏入職場做好萬全的準備，希望學生在未來能發光發熱，創造不同凡響的職場舞台。