

112 年度(112-1)中山醫學大學 職涯輔導活動成果報告表

日期：112 年 12 月 13 日

學 校 名 稱	中山醫學大學		
活 動 名 稱	瑜珈提斯，身心控制		
活 動 日 期	112 年 12 月 13 日		
活 動 時 間	13:30~15:10		
活 動 地 點	正心樓 0212 教室		
活動參與人數	76 人	活 動 對 象	物治系學生
講 師	唐幼馨	現 任 職 務	美國瑜珈聯盟 ERYT-500 小時認證培訓師、美國瑜珈提斯協會教學顧問

執行重點

一、活動重點及目的：

了解瑜珈和皮拉提斯的基本操作技巧，將課堂上所學結合這兩項技術，藉由唐老師的演講，讓學生熟悉皮拉提斯運動和瑜珈對於核心肌群的訓練效果，可以將這兩項技術融合在亞健康及運動競技的物理治療訓練。

二、活動特色及執行情形：

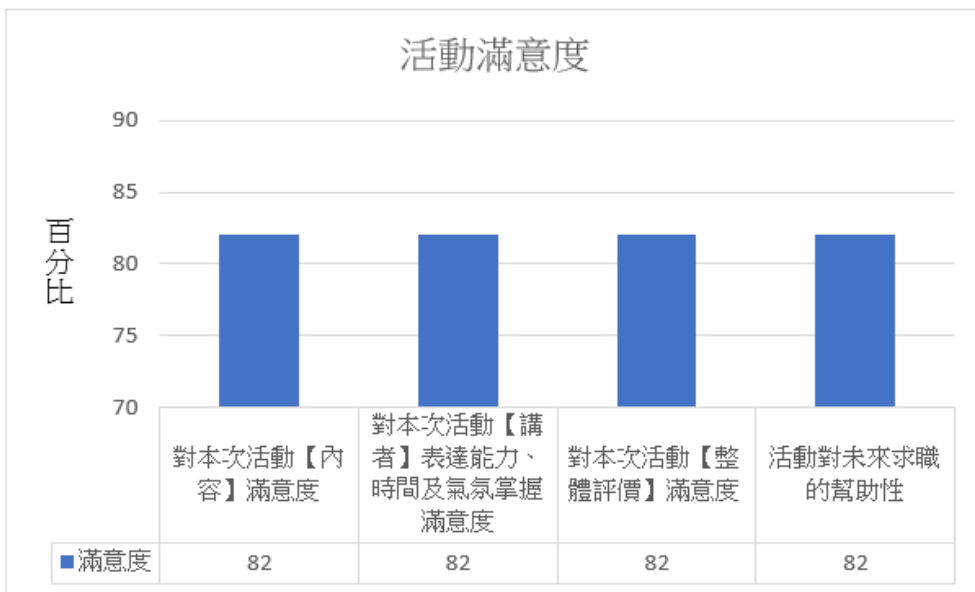
唐老師在業界是非常有名的瑜珈老師，著作也很多，業在國內的著名大學及醫學中心開課，讓同學在物理治療領域有跨領域的學習機會。

13:30-13:35 講者介紹

13:30-15:00 講者演講

15:00-15:15 Q&A 時間

三、活動之質量化指標：參加人數 90 人，參與滿意度 82%。



學生質性回饋：

- 對物理治療系未來發展及職業方向選擇有更多了解
- 提供了以後發展的想法，對未來創業上有很多想法。
- 很棒的分享讓我眼界大開

- 了解物理治療的新可能，學會如何做短影片推廣物治。
 - 對短視頻的影響有更深的了解
 - 謝謝主人這麼用心的請這麼大咖的老師來演講，非常感謝！
- 四、具體檢討與建議：若影片要放到社交平台上需先經過學生同意。

活動剪影



合照



講師與全體參與人合照



演講情形



演講情形



演講情形



演講情形