

**「消除性平肚肚歧視-營造健康體態YOU & ME」計畫  
新北市政府112年員工健康體位控制課程師資介紹**

序號	姓名	現職機關(構)名稱	專長內容	與專長相關經驗
1	張凱其	1. 新北市板橋運動中心、新北市新五泰運動中心 2. 臺北市士林運動中心、臺北市松山運動中心、臺北市中正運動中心、臺北市北投運動中心角石運動顧問有限公司 3. Royal Yoga 柔昱健康事業有限公司 4. 愛運動館	1. 高低衝擊有氧 (Hi-Lo Impact)、拉丁有氧 (Latino Aerobics) 2. 流行MV舞、Hip Hop 3. 彼拉提斯 (Pilates)、Yoga Fit 4. ZUMBA指導教練 (美國當地考照) BOKWA指導教練 (美國當地考照) 5. i Party指導教練 6. Ritmix 指導教練	1. 美國喬治亞洲Bokwa Trainer教官 2. 美國喬治亞洲Color run、Color vibe (活力帶動老師) 3. 美國喬治亞洲Play day event (活力帶動老師) 4. 美國喬治亞洲Global mall event (Bokwa活力帶動老師) 5. 美國喬治亞洲Street Alive (Bokwa活力帶動老師) 6. 美國喬治亞理工學院台灣同學會新年歡晚會(流行舞編舞老師) 7. 美國喬治亞洲LL Dance & Fitness Studio( Hi-Low、Zumba老師) 8. 美國喬治亞洲Let' s Move fitness studio(Hi-Low、Bokwa老師) 9. 美國喬治亞洲Candela Studio (Bokwa老師) 10. 美國喬治亞洲Brick house Cardio Club (Bokwa、Hi-Low老師) 11. 美國喬治亞理工學院台灣同學會 (綜合有氧老師) 12. 美國喬治亞洲GMOMS (拉丁有氧老師) 13. 臺北市各大運動中心 (拉丁有氧、綜合有氧、流行舞老師) 14. 新北市各大運動中心 (拉丁有氧、綜合有氧、流行舞老師) 15. 國泰雪利高峰會表演舞者、Puma 尾牙表演舞者 16. 蘋果日報運動體育版跳繩 (有氧試範老師) 17. 自由時報週報運動體育版 (流行舞試範老師) 18. 節奏感運動顧問工作室 (行政執行) 19. 日月潭鐵人三項比賽活力帶動老師 20. 奧比斯路跑帶動老師
2	呂鳳鈺	個人工作室	1. 肌力及肌耐力訓練 2. 阻力訓練 3. Zumba 4. Yoga 5. Pilates	1. 私人小型健身房 2. 社區健身教室 3. 新北市政府員工文康社團-體適能社 4. 國泰人壽Yoga
3	陳潔齡	1. 成吉思汗俱樂部三重館及新莊館 2. YESFIT社區女性運動培養協會 3. 輔仁大學健身房 4. Action zone健身房 5. 聯發科、東元電機、大潤發、振耀等企業包班	1. Les mills Body Combat 拳擊(戰鬥)有氧 2. Sculpt+燃脂肌力雕塑 3. NTC Nike Training Club (全方位訓練) 4. NASM-CPT一對一私人教練 5. TRX懸吊式阻抗訓練	1. 成吉思汗俱樂部三重館及新莊館/ Body combat 拳擊有氧 2. 威利體 / 綜合間歇肌力訓練 3. YESFIT社區女性運動培養協會 / 基礎體能訓練 4. 輔仁大學健身房 / 綜合肌力訓練 5. Action zone健身房 / 拳擊有氧 6. Royal Yoga 復興館 / 拳擊有氧 7. 大安運動中心 / 拳擊有氧 8. GO Gym / 綜合肌力訓練 9. 新北市體育處 / 拳擊有氧 10. 聯發科、東元電機、大潤發、振耀等企業包班/基礎體能鍛鍊及拳擊有氧
4	林居慧	新北市立聯合醫院營養師	1. 糖尿病營養 2. 腎臟病營養 3. 體重控制飲食指導 4. 銀髮族的飲食與營養 5. 團體膳食管理	1. 台北馬偕醫院營養課 營養師 2. 西園醫院-永越健康管理中心 營養師 3. 中國醫藥大學附設醫院台北分院 營養師