



康鶴耆英中心 Golden Crane Senior Center

Class Schedule for October (10/6-10/28) 十月課程表 9/27/2014

Monday 星期一		Tuesday 星期二	
9:00- 10:25 Kitchen	Ukulele for Beginners 陳蕙玫 Rose Chen	9:00- 9:55	元極舞 Yuan-Ji Dance 江良慰 Theresa Wang
9:30-10:25	室內步行/韻律操 Indoor walking/Aerobic 袁翔文 H.W. Cheng, 王幼薇 Gina Hsu	10:00-10:55	太極拳 Tai-Chi 雷錦森 Samuel Louis, 鄭秀美 Gloria Wang
10:30-12:20 Kitchen	國畫 Chinese Brush Painting (10/13, 10/20, 10/27) 溫陳麗玉 Julia Wen	9:00-11:00 Kitchen	10/7: 康鶴攝影社 Golden Crane Camera Club
10:30-1:35	卡拉 OK - Karaoke (10/13, 10/20, 10/27) 蔡溫純 Wendy Lee	11:00-12:30	10/7: 魯肇煌 Stephen Lu 旅遊報告:丹麥 挪威 冰島 英國 10/14: 王大莊 John Wang - 漫談培養茶花
12:30- 2:00 Kitchen	書法 Calligraphy (10/13, 10/27) 孫國忠 KC Sun 摺紙 Origami (10/20) 陳恩貝 Betty Kung	Lecture 講座	10/21: 待定 To Be Announced 10/28: 伊斯曼- 伊斯曼時間
10/6 10:30-1:30	慶生聯歡會 (聚餐) Monthly Birthday Potluck	10:00-10:55	10/14: Yolanda Banks-Wu 許毓玲 Blood Pressure Screening - 量血壓
1:40-3:40	舞蹈研習 Dance Workshop 沈慧 Amy Jong	1:00-3:00	合唱團練習 Chorus 魯肇煌 Stephen Lu
3:45-4:50	瑜珈伸展 Yoga Stretch 吳雪芳 Fragrance, 翁惠美 May, 陳蕙玫 Rose	3:05-4:45	排舞 Line Dance 黃婉美 Amy Huang

1, Classes are free for registered participants. 2, For more info: Call Butterfly Lin (925) 820-0500 or visit www.goldencrane.org. 3, Class schedule subjected to change.

1. Friday 10/17 康鶴健行會每月一行: 9:00-12:00 詳情待定請候通告 Monthly Hiking Meet (Details to follow)

2. Tuesday 10/7 講座簡介: 丹麥魚人美, 挪威峽灣嬌; 冰島藍湖秀, 倫敦訪劍橋; 不必跋涉遠, 康鶴聽報告.

3. Tuesday 10/14 講座簡介: 台灣, 中國, 王大莊的後院都在培養茶花. 請來見聽主講人精闢動聽的講述和圖片展示.