

- 1 靜坐調息 · 調整呼吸心緒
- 2 體能訓練 · 鍛鍊身體素質
- 3 基本功法 · 提升專注定力
- 4 平衡控制 · 穩定肢體協調
- 5 武術套路 · 培養身法儀態
- 6 防身技巧 · 日常即時防衛
- 7 端正儀態 · 習武首要修心
- 8 浩然挺拔 · 動與靜真功夫



	WED 星期三	THU 星期四	FRI 星期五	SAT 星期六	SUN 星期日
1				兒童防身 正氣武學 09:00-10:30	兒童防身 正氣武學 09:00-10:30
2	師資 培訓 10:00-12:00			幼兒 唐詩功夫 10:40-12:10	幼兒 唐詩功夫 10:40-12:10
3				菁英(戶外) 國際競賽 13:30-15:00	菁英(戶外) 國際競賽 13:30-15:00
4				兒童防身 正氣武學 13:30-15:00	兒童 格鬥防身 13:30-15:00
5		親子 唐詩功夫 15:00-16:00		兒童 格鬥防身 15:00-16:30	親子 唐詩功夫 15:00-16:00
6	親子 唐詩功夫 17:30-18:30	幼兒 唐詩功夫 17:00-18:30	客製化 專班 17:00-18:30	親子 唐詩功夫 17:00-18:00	兒童防身 正氣武學 16:30-18:00
7	菁英 國際競賽 18:40-20:10	兒童防身 正氣武學 18:40-20:10		菁英 國際競賽 18:00-20:00	中國武術 成人養生 18:40-20:10

3-4歲
親子共學

3-6歲
學齡前幼兒

國小兒童

國小兒童

須修畢4級課程

成人課程



WWW.

WULINK.

COM.TW

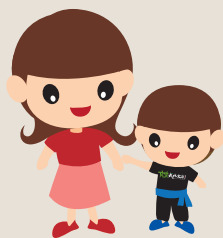


武林文創 南京旗艦館

臺北市松山區南京東路五段52號2樓
捷運南京三民站/2號出口直走3分鐘
預約報名/洽詢專線：02-2762-7228



線上客服與助教



防身格鬥

適合6-12歲 培養自信、體魄、應變

培訓日常敏捷度 加強自我防禦運用

- 全方位訓練兒童身心機能
- 強調習武的實用及功能性
- 專門針對校園及日常防身
- 簡單易上手自我防衛技巧
- 反霸凌即時應變自保機制



升級
考核

海外
競賽

國際
段位

評鑑
制度

核發
認證

升學
加分

唐詩功夫

適合3-6歲學齡前幼兒 啟蒙入門

唐詩變成功夫口訣 拳打腳踢有故事

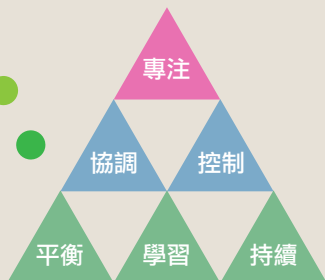
- 結合文學與武藝文武合一
- 激發身心靈的五感記憶法
- 揮拳打掌中熟記古典詩詞
- 潛移默化中打出漂亮好拳
- 動靜皆宜的優良品格培育

正氣武學

適合6-12歲國小學童 文武品德教養

訓練身心素質 培養定力、端正儀態

- 施展武學達到武德君子化
- 自小培養孩子的浩然正氣
- 強調正向積極的學習態度
- 武學落實「動」的謹慎確實
- 文辭修行「靜」的內斂沉穩



菁英武學

修畢正氣武學 培養優秀選手

參加國內外賽事、爭取榮譽

- 化繁為簡，精實每一招一式
- 鍛煉強健體魄與堅強意志力
- 國際競賽以傳承武學為己任
- 以爭取最高榮譽為終極目標
- 放眼世界、參加國際級競賽



成人養生

中國武術 成人課程

修身養生兼具 自我修練頂尖的架式

- 內家系統、調養氣功
- 舒展大方、排解壓力
- 強身健體、防身兼備