

天津老年大学报

以文化人、以文惠民、以文润城、以文兴业，展现城市文化特色和精神气质，是传承发展城市文化、培育滋养城市文明的目的所在。天津要深入发掘历史文化资源，加强历史文化遗产和红色文化资源保护，健全现代文化产业体系、市场体系和公共文化服务体系，打造具有鲜明特色和深刻内涵的文化品牌，进一步彰显天津的现代化新风貌。

——2024年2月2日，习近平总书记听取天津市委和市政府工作汇报时的讲话



2026年 第3期 (总第465期)

2026年5月31日

天津市老年人大学主办

地址：天津市河西区西园道1号

网址：http://www.tjnrdx.cn

邮箱：inrddxcysj@163.com

内部资料 学习交流

重温党的历史，践行初心使命

天津市老年人大学庆祝建党100周年主题党日活动成功举办

本报讯 (通讯员 王丹) 为热烈庆祝中国共产党成立105周年，深入学习传承中国共产党人精神谱系，持续推动党史学习教育常态化、长效化开展，进一步筑牢全体教职工理想信念根基、厚植初心使命担当，5月4日至6日，天津市老年人大学组织全体党员及工作人员赴蓟州区开展“重温党的历史，践行初心使命”主题党日。校领导班子成员、全体党员及在岗工作人员近70人全程参与此次活动。

一、专题党课凝心铸魂，夯实思想理论根基

5月4日下午，校党委书记、校长李荣讲授题为《赓续红色血脉 汲取奋进力量——深入学习中国共产党人精神谱系》的专题党课。党课精准阐释伟大建党精神的核心要义、精神实质与时代内涵，系统梳理46种中国共产党人精神的发展脉络、历史渊源与实践价值，层层递进、深入浅出地引导全体教职工坚定政治立场、坚守育人初心、主动担当作为。

授课内容紧密结合老年教育工作实际，为学校高质量办学、内涵式发展提供了思想指引和行动遵循。党课结束后，各支部迅速组织专题交流研讨，全体人员结合学习感悟与岗位工作畅谈体会，在思想碰撞中统一认识、凝聚共识、提振干劲，切实把红色精神内化于心、外化于行。

二、祭扫英烈重温入党誓词，砥砺坚守初心使命

5月5日上午，全体参训人员前往蓟州区烈士陵园开展红色祭扫主题教育活动，沉浸式接受党性淬炼和精神洗礼。巍峨肃穆的革命烈士纪念碑前，全员列队肃立、神情庄重，现场氛围庄严肃穆。

伴随着肃穆的哀乐，党员代表向革命先



烈敬献花篮。李荣校长缓步上前，细致整理花篮缎带，代表全校教职工向为民族独立、人民解放英勇献身的革命先烈致以最崇高的敬意。随后，全体人员肃立默哀，深切缅怀革命先烈的不朽功勋与崇高精神，深情追忆峥嵘岁月，传承红色基因、汲取奋进力量。

默哀完毕后，全体党员面向鲜红党旗，高举右拳、庄严宣誓，铿锵有力的誓言回荡陵园上空。通过重温入党誓词，全体党员再次感悟入党时的赤诚初心与坚定信念，进一步锤炼党性修养、筑牢政治忠诚，坚定了听党话、跟党走坚定决心。

三、走访乡村实地研学，感悟时代发展新貌

5月5日下午，全体人员走进西井峪文化村开展实地研学参观。大家认真聆听村落发展、基层治理、乡村振兴建设的经验介绍，近距离观摩新时代美丽乡村的建设成果，直观感受乡村面貌、民生福祉、基层治理的崭新变化。

此次实地研学，让全体教职工真切见证了在党的坚强领导下，乡村振兴战略落地生根的生动实践，深刻感悟国家经济社会发展的辉煌成就，进一步拓宽了视野、振奋了精神，极大增强了立足岗位履职尽责、深耕老



年教育事业的责任感、使命感和荣誉感。

四、精细统筹高效保障，活动成效丰硕显著

本次主题党日活动筹备充分、组织有序、落实到位。学校党政办、基地办、远程教育学院等各部门紧密协作、高效联动，全程细化行程安排、抓实服务保障、做好影像记录、严把活动细节，为活动顺利开展筑牢保障。活动期间，全体教职工严守纪律规矩、着装规范庄重、言行文明得体，充分展现了天津市老年人大学教职工严于律己、昂扬向上、务实奋进的良好精神风貌。

此次主题党日活动圆满落幕、成效显著。大家纷纷表示，此次活动是一次深刻的思想淬炼、党性洗礼和精神充电。未来将以此次主题教育为契机，以革命先烈为榜样，牢记初心使命、恪守入党誓词，切实把学习成果转化为履职担当、干事创业的实际行动，以更饱满的工作热情、更务实的工作作风、更扎实的工作举措深耕老年教育领域，全力助推学校各项工作高质量发展，为新时代老年教育事业发展贡献更大力量。

(刘忠图)

全国基层老年教育高质量发展推进会在吉安召开

本报讯 (通讯员 苑新红) 5月18日至23日，由中国老年大学协会主办的第三期全国基层老年教育高质量发展推进会在江西吉安顺利举办。我校党委书记、校长李荣出席了会议。全国各地老年大学校长、行业专家及项目办代表共200余人参会，中国老年大学协会副秘书长张丽华主持了会议。

大会以“深耕基层沃土 赋能银龄教育——聚力推进老年教育高质量发展”为主题，为全国老年教育系统搭建了经验交流、成果展示、互学互鉴的专业化平台。

中国老年大学协会会长刁海峰出席会议并讲话。他指出，近年来全国基层老年教育成效显著，五级办学网络不断完善，政策体系逐步完备，数

字化转型与内涵建设稳步推进，行业发展实现长足进步。他强调，全国各会员单位要立足2026年“十五五”规划开局关键节点，进一步补齐基层及农村地区办学短板，打通老年教育服务末梢；健全城乡帮扶机制，推动教育资源均衡配置；深化数字教育赋能，帮助老年人跨越数字鸿沟；建强专业师资队伍，推动城乡师资资源共享；严把教材编制关口，提升教学质量；创新研学办学模式，发挥老年学员文化传播作用。他号召行业同仁凝心聚力、实干笃行，助推基层老年教育提质增效。

会上，张丽华围绕“十五五”时期老年教育发展规划作专题报告。全国七省市老年大学及相关机构代表依次发言，分享特色办学案例，共商行业发展新思路。

本次会议同步启动老年大学红色研学专项行动与惠老助学活动，同时设置办学成果展示、示范点观摩、分组研讨等环节，以多元交流形式汇聚行业合力，为全国基层老年教育高质量发展指明前行方向。

(苑新红图)



声韵逐梦 艺绽芳华

第八届校园文化艺术节音乐教学成果第一场综合展演圆满举办

以乐逐梦，艺润银龄。5月22日下午，我校第八届校园文化艺术节音乐教学成果第一场综合展演在陶然楼四楼礼堂顺利举行。副校长贺兰芳、刘桂祥出席。天津广播电视台记者现场进行了采访，天津海河传媒《海河云观》公众号对部分演出进行了现场直播，近20000人线上观看了演出。本场演出近400人参演，各职能部门、各院系负责人近200人观看了演出。音乐系主任张伟明宣布开幕并登台致辞。

张伟明指出，音乐系学员平均年龄65岁，却始终心怀音乐梦想，坚持乐学不倦，从识谱到演唱、从指法到演奏、从零基础到登台献艺，实现了一步步的跨越，他们用热爱践行学校“乐学、乐教、求新、有为”的办学理念，用真情彰显了新时代老年人的精神追求和昂扬风貌。

本次展演由学员齐瑞年、吴英梅联袂主持。演出形式丰富多元，囊括合唱、独唱、重唱、器乐齐奏、京剧新唱等多种节目类型，兼顾声乐、民乐、西洋乐

与创新戏曲表演。合唱节目深情动人，《寸心》《洗衣歌》等曲目诉说家国情怀与岁月温情。多类器乐节目各有特色，黄河钢琴奏鸣气势磅礴，二胡、竹笛尽显民乐古韵，萨克斯红色曲目慷慨激昂。创新京剧新唱《我爱你中国》融合国粹与爱国旋律，创意十足，成为现场一大亮点。非洲鼓课程仅开课半年，零基础学员勤学苦练，舞台上鼓点铿锵有力，新課教学成效直观呈现，收获全场赞誉。本次展演既是对学校教学工作的全面复盘，又是对学校服务保障工作的一次全面检验，也是对学校银龄学子扎实艺术功底和老有所乐良好精神风貌的全面展现。整场节目精彩纷呈、情感真挚，悠扬歌声与动听器乐轮番上演，现场掌声连绵不绝，收获了全场观众的一致好评。

天津广播电视台新闻频道《天津新闻》和《都市报道60分》栏目于当晚分别对此次演出盛况进行了专题报道。

(李天红文，戴隆武、李天红图)



丹青绘夕阳 翰墨润初心

——第八届校园文化艺术节绘画教学成果展顺利启幕

师深耕老年艺术教育近二十载，以无私的奉献精神为银发学子点亮艺术之光。与此同时，齐杰、李大光等新生代教师携学员以崭新视角诠释艺术，让传统绘画在老年课堂焕发勃勃生机，体现了教学理念的守正创新。

此次展览不仅是学员学习成果的汇报演出，

更是我校积极响应“文化养老”号召的生动实践。它为广大学员搭建了绽放自我、传递热爱的舞台，也让社会各界看到了老年艺术教育的无限可能。

(戴隆武、李炜图)



聚力谱写银龄教育新篇章

——天津市老年教育高质量发展推进会圆满召开

本报讯 (通讯员 苑新红) 5月23日至27日，天津市老年教育高质量发展推进会在安徽省岳西天悦湾召开。中国老年教育协会常务理事、校党委书记、校长李荣受邀出席并传达了全国基层老年教育高质量发展推进会精神，市老年教育协会会长、市老年人大学副校长贺兰芳出席并对我市老年教育重点工作进行部署。全市各县区老年大学校长、老年艺术团及协会会员单位代表近20人参加了会议。

本次会议紧扣当下老年教育发展新形势与新要求，围绕高质量发展主线，组织参会人员开展专题学习及集中研讨，对标国内先进办学经验，谋划天津老年教育下一阶段发展路径。

会上，李荣全面解读了全国老年教育前沿发展理念、重点工作安排与创新办学思路，为天津基层老年教育借鉴先进经验、补齐发展短板、实现办学提质升级提供了有力指引。

贺兰芳在部署中指出，全市老年教育工作要坚持党建引领核心作用，紧扣2026年“十五五”规划开局之年关键机遇，锚定民生服务与教育提质双重目标，要进一步优化全域统筹办学布局、加快老年教育数字化转型、健全师资与教材配套体系、创新老年研学实践模式，从软硬件多方面

夯实全市老年教育办学根基。研讨交流环节，各参会单位结合自身办学现状与特色教学成果，分享了成功经验，探讨了创新思路，共议了发展方向。此次会议进一步统一了思想，明晰了思路，细化了目标任务，为全市老年教育后续工作划定了清晰方向。

老年教育是惠及老年群体的民生工程、暖心工程，关乎老年人晚年幸福与社会和谐稳定。会议要求，各会员单位要以本次会议为契机，坚守育人初心、主动担当作为，紧扣高质量发展主线，补齐办学短板、创新服务模式、深耕适老服务，持续完善全域老年教育办学体系，丰富特色教学内容，办好家门口的老年学堂，切实满足老年群体老有所学、老有所乐、老有所为的需求，凝心聚力、笃行实干，奋力书写天津银龄教育事业发展新篇章。

(苑新红图)



石榭玉而山辉
李津生刻

水怀珠而川媚
虎国强刻

总编辑：李荣
副总编辑：贺兰芳
主 编：范志强
责任编辑：李燕侠
校 对：吴雪初
排 版：戴隆武

翰墨寄情 晚岁芳华

第八届校园文化艺术节书法教学成果展顺利启幕

【本报讯】（通讯员 邢淑娟）五月和风送暖，校园翰墨流芳。5月19日上午，学校第八届校园文化艺术节“精神所寄”胡雪瑄师生书法教学成果展在春华楼七楼展厅正式开幕。副校长贺兰芳出席，副校长刘桂祥出席并致辞，各职能部门、各院系负责人以及师生代表共计200余人参加了开幕式，书法系负责人主持了开幕式。

刘桂祥在致辞中，首先对展览成功举办表示祝贺。他充分肯定胡雪瑄二十六载潜心育人的坚守，赞扬其严谨的教学作风与暖心的育人态度，肯定了书法系多年来亮眼的教学成果。

胡雪瑄老师深耕书法领域四十余年，潜心研习晋唐书法，楷、行、草诸体兼备，书法风格醇厚清雅。自2000年入职我校，他已坚守老年书法教学岗位二十六载。教学过程中，他坚守文以载道的书法理念，坚持学书与育人相结合，倡导老年学员端正学书初心、坚持古法研习。他授课深入浅出、溯源析理，带领老年学员静心临帖、修身养性。同时，胡雪瑄老师还为学校40周年校庆核心物料题字，为校园文化建设增添了浓厚笔墨底蕴。

胡雪瑄感谢学校与广大师生的支持，并表示本次展览以“精神所寄”为名，意在点明书法是老年人安放心灵、丰盈精神的最佳载体。他亲笔撰写楹联“秉烛夜游

晚来非晚；临池自遣欣即欣”，道出老年书法学习者勤学不辍、乐享笔墨的真切心声。

本次展览历时半年筹备，共展出师生书法作品160余幅，包含胡雪瑄个人原创作品20幅。展品涵盖临摹古帖、原创书法两类内容，行草兼备、风格多元，褪去功利浮躁，尽显笔墨初心，全方位展现老年学员老有所学、老有所乐、老有所为的精神面貌。

此次展览既是教师个人教学成果的集中复盘，也是我校老年书法教育育人成效的生动展示。下一步，书法系将以本次校园文化节为契机，持续优化教学模式，深耕传统文化传承工作，助力老年学员在笔墨书香中涵养身心，以优异的文化育人成果献礼建党105周年。

（邵馨萍、邢淑娟图）



以艺载初心 温情传大爱

我校同步举办公益宣传片颁奖仪式

5月29日下午，依托第八届校园文化艺术节音乐教学成果第二场综合展演平台，天津市老年大学在陶然楼礼堂同步举办公益宣传片《暖在“食”处》荣誉证书颁发仪式。今年恰逢红军长征胜利到达陕北90周年，本次活动融合颁奖典礼、文艺展演、红色纪念多重主题，在合唱曲目《到吴起镇》的铿锵旋律中，回望红色征程，传承长征精神，实现了艺术美育与红色精神教育的双向融合。

5月初，由我校参与合作拍摄的公益宣传片《暖在“食”处》，斩获

2026 北京国际电影节短视频单元“民政中国”版块二等奖。拍摄期间，学校全力统筹协调，师生无偿参演、默契配合，助力影片收获专业大奖。

本次颁奖仪式由学管处负责人主持。民政局二级巡视员郭勤和校党委书记、校长李荣先后致辞，高度赞扬全体参演人员无私奉献、专业协作的精神，肯定了本次政校合作的亮眼成果。随后，到场领导依次为学校、学员管理处、影视艺术研究会、以及7名参演学员颁发荣誉证书。仪式现场展播了获奖公益片，同时面向老年学员普及解读养老惠民政策。

此次颁奖活动，进一步深化了民政部门与学校的双向合作，全方位展示了民政民生工作成效，同时丰富了校园文化节内涵，助力广大老年学员乐享多彩晚年生活，彰显了老年教育的温度与力量。

（紫露文、康慧图）



载誉归来 闪耀银发风采

——校影视艺术研究会助力《暖在“食”处》斩获国际电影节二等奖



而出，斩获国际级影视荣誉，充分展现了津城民生服务的温暖底色，也为我校及影视艺术研究会增光添彩。

3月23日，影视艺术研究会接到微电影参演任务后，迅速统筹部署，积极配合摄制组推进前期筹备、演员筛选等各项工作。最终，吕世超、李京武、张杰、郑顺利、朱振宇、张红雁、张秀丽7名学员凭借扎实的表演功底与适配的形象气质成功入选，全身心投入影片拍摄，以饱满的状态完成各项演绎任务。

影片的荣誉来之不易，凝聚着多方的鼎力支持与全员的辛勤付出。本次拍摄得到了天津市民政局的悉心指导、学校相关领导及学管处、音乐系的大力支持，依托海河传媒中心的专业技术团队，为影片质量保驾护航。参演的银发学子们秉持敬业奉献的态度，精心打磨每一个表演细节，用专业的演绎展现新时代老年群体积极向上的精神风貌，为影片获奖奠定了坚实基础。

拍摄过程中，学员们学以致用，将在校所学的影视表演、艺术表达等专业知识融入角色演绎。大家结合自身生活感悟，生动诠释了“爱在食堂、暖在食处”的核心主旨，真实还原了天津民政暖心助餐、关爱老年群体的民生实景。学员们自然真挚、沉稳专业的表演，获得了摄制组与民政局领导的高度认可和充分肯定。

此次获奖，不仅是影片的殊荣，更是我校老年教育办学成果的生动彰显。学校始终坚守内涵发展理念，深耕老年教育，践行“乐学、乐教、求新、有为”的办学理念。7名银发学子不负重托，在国际赛事舞台上展现了我校学员的专业素养与银发风采，生动诠释了新时代老年人老有所学、老有所为、老有所乐的时代风貌！

（午雨文、李隽民图）

银发初心绽芳华 艺韵悠扬润心田

——第八届校园文化艺术节校艺术团第二场展演圆满落幕

【本报讯】（通讯员 汪小京）5月15日下午，我校第八届校园文化艺术节校艺术团第二场展演在陶然楼四楼如期举行。校党委书记、校长李荣出席，副校长贺兰芳出席，副校长刘桂祥出席并致辞，各处室、系部负责人，教学督导员及老年学员代表200余人现场观演。本次活动由校合唱团与交响乐团联袂登台，为全校师生带来一场兼具温度与质感的视听盛宴。天津广播电视台记者现场进行了采访，天津海河传媒《海河云观》公众号对部分演出进行了现场直播，1万多人线上观看了演出。

刘桂祥在致辞中表示，校合唱团、交响乐团是校园文化建设的靓丽名片，团员们怀揣对音乐的赤诚热爱，坚持日常刻苦排练，打磨舞台细节、提升合奏默契度，在坚守中收获成长，在艺术中滋养身心，在艺术学习中充盈精神世界，生动展现了新时代老年人乐观向上、热爱生活的精神风貌。他指出，本场展演既是艺术团阶段性学习成果的全面汇报，也是银发学子不忘初心、乐享晚年的生动体现，活动进一步丰富校园文化内涵，为老年校园注入温暖且鲜活的精神力量。

舞台之上，银发表演者们精神饱满、倾情献艺。合唱团八大声部和声层次丰富、婉转悠扬，交响乐团器乐配合娴熟、曲风大气磅礴，声乐与器乐完美交融，将一首首经典曲目演绎得动人心弦。据合唱团团长王建国介绍，本次参演节目历经半年精细化排练，全体团员克服年龄与时间难题，反复打磨音准、节奏与团队配合，全力以赴打磨舞台呈现效果。

本场展演共计带来18个精彩节目，涵盖大合唱、男女声独唱、男女声小合唱等多元表演形式。小提琴协奏曲《梁山伯与祝英台》婉转细腻，尽显民乐经典韵味；《黄河大合唱》四大乐章依次

上演，其中合奏曲目《保卫黄河》气势雄浑、慷慨激昂，直击观众内心，将现场氛围推向高潮。台下观众沉浸式聆听经典曲目，内心备受触动。学员任晓琰表示，耳熟能详的经典乐曲唤醒了时代记忆，让人不自觉跟随旋律哼唱；学员安丽蓉感慨，老年人大学搭建优质艺术平台，让退休生活多姿多彩，切实感受到新时代民生福祉带来的幸福晚年。

本次展演全方位展现了我校艺术团过硬的艺术水准与银发学子昂扬风貌，丰富了校园文化生活。天津广播电视台新闻频道《天津新闻》和《都市报道60分》栏目于当晚分别对我校第八届校园文化艺术节校艺术团第二场演出盛况进行了专题报道。

（戴隆武、董铭图）



乐韵流芳 声动校园

——第八届校园文化艺术节音乐教学成果第二场综合展演圆满落幕

初夏风清，艺韵悠扬。5月29日下午，我校第八届校园文化艺术节音乐教学成果第二场综合展演于陶然楼礼堂顺利举办。校党委书记、校长李荣，副校长贺兰芳、刘桂祥出席活动。天津广播电视台记者到场采访，天津海河传媒《海河云观》公众号对部分演出进行了现场直播，近20000人线上观看了演出。本场演出近400人参演，各职能部门、各院系负责人及学员代表近200人观看了演出。

本次展演由薛剑凡、夏文两位主持人担纲，整场晚会串词衔接流畅，舞台调度有序，节目形式多元、亮点突出，学员们以悠扬乐声与嘹亮歌声，抒发对生活的热爱与对时代的礼赞，充分展现自身艺术素养与青春风采。器乐节目轮番亮相，古筝齐奏尽显中式古典雅致之美，二胡、琵琶、手风琴、口琴合奏风格各异，或激昂磅礴，或婉转清新，全面展现出学子扎实的各专业演奏功底。声乐节目同样精彩纷呈，多首合唱曲目气势恢宏、感染力十足。其中，薛跃林老师指导的情

景合唱《天下乡亲》尤为动人，节目生动还原军民鱼水深情，细腻的舞台演绎直击人心，引发全场观众强烈共鸣。女声独唱音色清亮婉转，为整场演出增添了灵动的亮色。现场掌声连绵不绝，整场演出零失误圆满完成。

完美舞台呈现的背后，是全体师生凝心聚力的坚守。彩排阶段，薛跃林担任总导演全程细致打磨节目细节，分管校领导和系主任全程把关，紧盯舞台表演、音效设备等每一处环节，筑牢演出基础。音乐系全体老师主动补位、通力配合，全力保障彩排与正式演出顺利推进。同时，摄影摄像、音控、物业工作人员及志愿者团队各司其职、默默奉献，做好全方位后勤保障。

截至目前，两场音乐综合专场展演均圆满落幕，充分展现了学校优质的音乐教学成果与师生良好的精神风貌。据悉，6月6日学校还将带来



钢琴专场演出，期待学子们继续以乐为媒，在艺术舞台上逐梦前行、绽放芳华。

（张成群文、郭鑫山图）

名家开坛论道 翰墨薪火相传

4月17日上午，我校书法研究会在秋实楼308教室顺利开启2026年首场“名家书法讲座”。本次讲座特邀著名学者型书法家韩嘉祥先生主讲，现场座无虚席，学习氛围浓厚，为全年学术活动打响开门红。

讲座伊始，书法系和书法研究会的负责人，共同为韩嘉祥先生颁发书法研究会顾问聘书。韩嘉祥先生师承书法大家吴玉如，学识渊博，书艺精湛。本次讲座以“传统文化与书法”为核心主题，结合老年学员学习特点展开分享。他勉励学员们立足自身优势、扬长避短，坚持勤学苦练、持之以恒。

讲座中，韩先生着重阐释书法与文字学的紧密关联，推荐学员研读《书谱》《唐诗》等经典书目，同时提出学书选帖需贴合自身性情，选定碑帖后深耕细研、久久为功。其“只许别人笨，不许别人懒”的治学箴言，质朴真挚、催人奋进，引发在场学员的强烈共鸣。此外，韩先生现场细致点评学员作品，耐心答疑解惑，互动氛围热烈。本次讲座同步开启线上直播，打破场地限制，让更多书法爱好者受益。

据悉，书法研究会还会在5月、6月相继开展第十三期、十四期专题讲座，分别邀请资深书法名师中书协专业委员会委员、市书协原副主席、篆书委员会原主任邵佩英，中书协会员、市书协理事、行书委员会秘书长、市青书协副主席、天津人民美术出版社副编审、书法编辑室主任黄文新莅临授课，持续为学员搭建优质学习平台。

为备战天津市第二届老年书法作品展，对标



以美润心 以艺怡情

——第八届校园文化艺术节生活艺术教学成果展顺利启幕

【本报讯】（通讯员 杨静）5月27日上午，天津市老年大学第八届校园文化艺术节生活艺术教学成果展在春华楼七楼展厅正式启幕。副校长刘桂祥出席并致辞，各部门、各教学系及学员代表200多人参展。生活艺术系负责人主持了开幕式。刘桂祥在致辞中，首先对展览顺利举办表示祝贺。他充分肯定了生活艺术系的办学成果，并对系里的课程设置、教学安排及全体教师的专业素养与辛勤付出给予高度评价，对校园生活艺术的未来发展寄予厚望。本次展览恰逢中国共产党建党105周年，是全系师生向党献礼的温情之作，全面检阅近年教学成效，彰显了老年教育立德树人的、为老服务的初心使命。

本次展览采用静态图片与实物展示相结合的形式，全方位展现教学特色，贴合新时代老年人的

多元化、个性化的学习需求，集中呈现了生活艺术方面的课程创新、教学转型的探索成果。展览共展出优秀作品348件，亮点纷呈、各具特色。图片展区生动定格课堂瞬间，记录了学员潜心求学、乐享艺术的美好模样。课堂教学融合传统与时尚，将扎染非遗技艺融入造型设计，让传统文化在新时代老年教育中焕发新生。实物展区作品琳琅满目，精致的钩编饰品、拼布手作、葫芦烙画、灵动彩塑等作品，尽显银发学子的创作巧思与学习成果。其中，赵阳老师指导创作的建党105周年主题彩塑作品尤为亮眼，生动还原革命先辈的英雄事迹，饱含浓厚的爱国情怀，引得师生纷纷驻足观赏。

几年来，学校在生活艺术方面共开设了烹饪茶艺、花卉栽培、形象设计、钩针编织、彩塑工艺等十余门特色课程，覆盖审美艺术、生活技能、传统文化、健康养生多个领域，课程兼具实用性与趣味性，搭建起老有所学、老有所乐的优质学习平台。

以美润心，以艺怡情。丰硕成果的背后，是



相约初夏 声耀银铃

——银铃合唱团建团12周年暨蓟州团建活动圆满落幕

【本报讯】（通讯员 苑新红）初夏和风送暖意，清歌婉转耀银铃。为庆祝银铃合唱团建团12周年，夯实团队协作凝聚力，精进团员合唱专业素养，全力备战中国合唱协会主办的“京华之声”赴京展演活动，5月11日至13日，天津市老年大学校外教学实践基地银铃

教师们用心授课、悉心育人的坚守，也是老年学员勤学善思、积极进取的写照。未来，生活艺术系将以本次展览为契机，坚守育人初心，深耕教学创新，持续推动老年教育高质量发展，为老年教育事业续写崭新篇章。

（杨静、戴隆武图）



天津老年人大学新学年招生启动

——42门新课丰富银龄学习生活



天津市老年人大学新学年招生启动
《机动车驾驶人培训考试规定》6月1日起实施，以驾

近日，天津市老年人大学2026至2027学年招生工作正式启动。学校依托成熟办学模式，推动老年教育提质升级，本次共推出42门新课程及进阶班次，新学年计划开设753个教学班，超四成名额面向社会新学员开放，不断扩充优质教育资源，满足市民中老年群体终身学习需求。

此次上新课程品类丰富，覆盖智能科技、书画艺术、康养健身、生活技艺、文史曲艺等诸多领域，兼顾传统文化传承与现代生活实用技能教学。人工智能相关课程成为热门亮点，AI影像处理、短视频创作、智能设备实操等课程，贴合长者学习特点设计，帮助老年人熟练运用数字技术，畅享智慧生活。

生活实用类课程同样广受关注，特色菜品制作、收纳美学、咖啡品鉴等课程，助力学员提升生活格调。同时书法国画、传统曲艺、养生研读、语言表演等课程陆续扩容增设，传承中华经典文化，丰富精神文娱生活。

今年学校持续扩大招生规模，共计317个基础班级面向新学员招生，班级占比达42.1%，新招生班级数量较往年稳步增加，普惠办学覆盖面进一步拓宽。

本次招生分批次有序进行，6月1日至7日为在校学员缴费升级时段，6月10日起开放社会学员线上报名，后续还设置多轮补报通道。学校同步开通咨询热线，工作日定时为市民解答课程、报名相关问题。

多年来，天津市老年人大学深耕老年教育领域，不断优化课程体系，提升办学质量。未来学校将继续秉持内涵发展理念，以多元优质课程服务银发群体，让广大长者老有所学、老有所乐，收获充实美好的晚年生活。（邵振宏文）

翰墨传薪启新程 凝心聚力迎新生

——书法系欢迎您共书翰墨美好

本报讯（通讯员 邢淑娟）建校四十载以来，书法系薪火赓续、深耕美育，积淀了深厚的底蕴。目前全系课程体系成熟完备，涵盖真、草、隶、篆、行、硬笔书法等各类主流书体，搭建起基础、提高、研修、创作一体化的递进式教学模式，精准适配零基础入门、进阶提升、专业创作等各层次学员的学习需求。

全系师资队伍精良雄厚，33位任课教师均为资深优秀书法家、各级书协会员，艺术功底扎实，作品屡获各类书画赛事大奖，教学经验丰富。日常教学管理规范严谨，常态化举办师生教学成果展，直观展现教学成效。同时，系书法研究会定期邀约书画名家开展专题讲座、作品点评、艺术交流及公益服务活动，为学员切磋技艺、拓宽视野、精进笔墨搭建优质艺术平台。

书法系将持续深耕课堂教学，全力提质培优。同时落地暖心助学项目，编撰六体配套碑帖图鉴，助力初学者明晰各书体特色、精准择班选课，做好招生

推介、学籍注册等重点工作，以专业、细致、暖心的服务广纳书画爱好者。笔墨润初心，翰墨暖晚晴。书法系诚挚欢迎广大书法爱好者执笔习韵、潜心研学，在笔墨丹青中沉淀自我、精进不辍，共书翰墨美好新篇！（邵馨萍图）

2026-2027学年书法系课程表														
班别	课次	时间	内容	教师	班别	课次	时间	内容	教师	班别	课次			
基础班	1	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	1	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	1	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	2	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	2	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	2	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	3	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	3	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	3	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	4	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	4	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	4	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	5	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	5	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	5	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	6	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	6	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	6	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	7	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	7	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	7	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	8	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	8	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	8	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	9	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	9	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	9	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	10	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	10	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	10	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	11	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	11	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	11	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	12	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	12	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	12	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	13	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	13	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	13	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	14	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	14	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	14	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	15	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	15	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	15	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	16	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	16	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	16	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	17	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	17	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	17	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	18	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	18	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	18	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	19	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	19	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	19	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	20	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	20	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	20	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	21	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	21	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	21	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	22	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	22	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	22	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	23	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	23	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	23	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	24	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	24	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	24	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	25	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	25	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	25	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	26	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	26	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	26	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	27	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	27	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	27	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	28	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	28	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	28	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	29	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	29	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	29	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	30	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	30	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	30	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	31	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	31	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	31	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	32	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	32	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	32	14:00-15:30	行书入门	张强
基础班	33	9:00-10:30	楷书入门	王明	提高班	33	10:30-12:00	隶书入门	李华	研修班	33	14:00-15:30	行书入门	张强



多元课程赋能银龄生活 让热爱与美好双向奔赴

——生活艺术系欢迎您

招生环节	时间安排	备注
在校学员升级交费	6月1日9点-6月7日15点	逾期未交费视为放弃
基础班/精英班/精英班	6月10日20点-6月16日15点	面向社会、限额限报
考核班/精英班/精英班	6月11日-6月15日	每日9点-11点、14点-16点电话报名
开学前预报名	9月20日20点-9月26日15点	网上报名交费



老年教育发展需求，生活艺术系坚守“老有所学、老有所乐、老有所为”核心理念，紧扣老年人个性化、多元化学习需求，持续优化课程体系，打造跨领域、广覆盖、专业化的特色课程矩阵，以兴趣为引领、实践为核心，为广大学员打造乐学善学、赋能成长的优质学习平台。

生活艺术系课程品类丰富、实用性与趣味性兼具，涵盖生活技能、艺术审美、手工创作、康养休闲等多元领域。开设烹饪、服饰表演、形象设计、花卉栽培、蔬菜种植、茶艺与养生、咖啡品鉴、彩塑工艺、钩针编织、服装裁剪、芳香调理、家庭整理收纳等特色课程。从厨艺提升、形体塑形、穿搭美学，到绿植养护、茶饮品鉴、芳香养生，再到传统手工制作、居家收纳技巧，全方位丰富银龄生活，一门课程点亮一份热爱，让学员在学习中陶冶情操、提升技能、涵养气质。

全系秉持“以学员为中心”的办学理念，师资雄厚、教学亲民，课堂氛围轻松愉悦，零基础学员也能轻松入门、稳步成长。在这里，学习不只是技艺积累，更是心灵滋养、社交拓展与自我价值的提升，让晚年生活多姿多彩、充满温度。

新学年招生工作分阶段有序开展，线上线下报名渠道便捷畅通。美好晚年，不负热爱！生活艺术系诚邀广大银龄朋友入校求学，解锁全新生活方式，收获充实快乐的晚年时光！（郑华图）

生活艺术系课程品类丰富、实用性与趣味性兼具，涵盖生活技能、艺术审美、手工创作、康养休闲等多元领域。开设烹饪、服饰表演、形象设计、花卉栽培、蔬菜种植、茶艺与养生、咖啡品鉴、彩塑工艺、钩针编织、服装裁剪、芳香调理、家庭整理收纳等特色课程。从厨艺提升、形体塑形、穿搭美学，到绿植养护、茶饮品鉴、芳香养生，再到传统手工制作、居家收纳技巧，全方位丰富银龄生活，一门课程点亮一份热爱，让学员在学习中陶冶情操、提升技能、涵养气质。

全系秉持“以学员为中心”的办学理念，师资雄厚、教学亲民，课堂氛围轻松愉悦，零基础学员也能轻松入门、稳步成长。在这里，学习不只是技艺积累，更是心灵滋养、社交拓展与自我价值的提升，让晚年生活多姿多彩、充满温度。

新学年招生工作分阶段有序开展，线上线下报名渠道便捷畅通。美好晚年，不负热爱！生活艺术系诚邀广大银龄朋友入校求学，解锁全新生活方式，收获充实快乐的晚年时光！（郑华图）

银龄安康护身心 双医护航享晚年

——医学保健系精品课程火爆招生中

乐享健康晚年，深耕养生新知。医学保健系是全国老年大学中率先构建完备课程体系的特色标杆院系，我系教学管理规范有序，课程设置科学分层，创新打造专属老年学员的“引导型学习模式”，坚守科学康养理念，助力长者健康长寿、高品质生活，教会每一位学员做好自己健康的“第一责任人”。

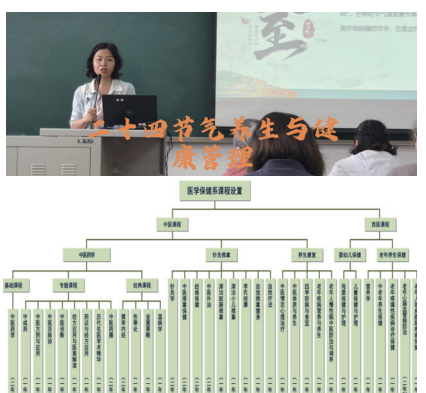
雄厚师资是优质教学的坚实保障。我系授课教师均选聘自天津中医药大学、天津医科大学及市属重点综合医院，其中专家、教授、副教授占比高达70.2%。一众资深师资深耕老年教育领域多年，教学功底扎实、授课通俗易懂，摒除晦涩专业术语，用接地气的方式普及医学常识、传授实用防病养生技能。众多学员学有所得、学以致用，凭借所

学知识有效改善自身及家人健康问题，真正实现学有所用、受益匪浅。医学保健系核心主打中医药系列课程，深耕千年中医药文化精髓，紧扣“治未病”传统养生理念。紧跟现代健康医学发展潮流，凸显中医药养生保健的独特优势，精准适配老年人身心养护需求，为晚年健康保驾护航。

为丰富教学内容、贴合大众多元需求，新学年我系重磅新增多门精品课程，涵盖二十四节气养生与健康、中医体质与养生、运动生理与养生、老年常见病的防治与保健、0-3岁婴幼儿家庭养育等实用课程，全方位覆盖面广、实用性极强。

习得养生知识，守住健康幸福。诚挚欢迎广大老年朋友踊跃报名，走进医

学保健系，解锁专业康养技能，掌握健康密码，奔赴健康充实、多姿多彩的美好晚年！（李欣文、图）



弦歌润晚岁 乐韵启新程

——音乐系欢迎您悠扬的旋律中解锁精彩晚年

岁月不老，逐乐芳华！天津市老年人大学2026—2027学年招生工作正式启动，作为学校规模最大、广受学员欢迎的院系，音乐系热忱欢迎新老学员逐乐而来，在悠扬旋律中解锁精彩晚年。

我系办学底蕴深厚，课程体系丰富完善，常年开设声乐、各类乐器等15门精品课程，覆盖不同基础、不同喜好的音乐爱好者。为丰富教学品类、贴合学员需求，新学年重磅新增非洲鼓、男子和声、女子和声、吉他四门特色课程，解锁多元音乐体验。

师资力量更是卓尔不凡，全系汇聚70余名专业优秀教师，其中三分之一为国家一级演员、一级演奏员等高级职称从业者，

教学经验丰富、授课风格亲和专业，因材施教助力每一位学员轻松学艺、精进提升。

学有所得，学有所用。我系为学员搭建优质展示平台，结业班、考核班学员均可参与校园艺术节专场展演，登台绽放风采。历年展演节目广受校外好评，本年度两场精彩演出更获天津广播电视台现场直播，让学员的艺术风采走出校园、回馈社会。众多学员学成后深耕社区文艺阵地，成为基层文化建设的骨干力量。

以乐养心，以艺怡情，在这里邂逅热爱、充实晚年、结交挚友！热忱欢迎广大中老年朋友报名学习，共赴一场音乐之约！招生咨询电话：6035 0420、6035 0436、6035 0417（张伟明文、李天红图）

教学经验丰富、授课风格亲和专业，因材施教助力每一位学员轻松学艺、精进提升。

学有所得，学有所用。我系为学员搭建优质展示平台，结业班、考核班学员均可参与校园艺术节专场展演，登台绽放风采。历年展演节目广受校外好评，本年度两场精彩演出更获天津广播电视台现场直播，让学员的艺术风采走出校园、回馈社会。众多学员学成后深耕社区文艺阵地，成为基层文化建设的骨干力量。

以乐养心，以艺怡情，在这里邂逅热爱、充实晚年、结交挚友！热忱欢迎广大中老年朋友报名学习，共赴一场音乐之约！招生咨询电话：6035 0420、6035 0436、6035 0417（张伟明文、李天红图）



赋能银发艺术 绽放晚年光彩

——2026-2027 新学年校艺术团招生工作全面启动

本报讯（通讯员 江小京）为丰富中老年精神文化生活，提升老年艺术教育水平，依据《天津市老年大学艺术团章程》，学校正式启动2026-2027新学年艺术团招生工作，6月面向全社会公开招生，为银发艺术爱好者搭建专业学习与展示平台。

本次招生报名时间为2026年6月1日至6月12日，报名地点设于春华楼112室学员管理处，咨询电话：022-60350445，具体面试时间将另行通知，招生工作全程公开规范。

此次共开设民族舞、芭蕾舞、电子琴、武术四大表演班，招录对象均为45至60岁、身体健康的社会及在校学员，各专业设置适配中老年群体的招录标准与常态化课程体系。

舞蹈班标准要求报名者身形匀称、身高1.60米以上，具备基础舞蹈功底。面试需自备两分钟舞蹈片段及录音U盘，并完成现场动作模仿。民族舞班周五上午授课、周二下午练习，芭蕾舞班周四下午授课、周一下午练习。

电子琴表演班择优招录有演奏基础及音乐学习经历的爱好者，面试考察五线谱演奏功底、节奏与乐感，课程为周一下午授课、周四上午练习。武术表演班招收具备武术基本功的爱好者，课程安排为周二上午授课、周三下午练习。

此次招生将充实艺术团力量，丰富老年文化活动内容，助力广大中老年群体老有所学、老有所乐，推动区域老年文化事业高质量发展。（江小京图）

步入文化乐园 开启收获之旅

——文史外语系助您圆梦

走进天津市老年人大学春华楼四楼，便踏入了一方底蕴厚重、书香盎然的文化沃土。这里是学校文史外语系，一处专为长者筑造的求知乐园、修身港湾。全系统现有2300余名学员，开设近70个教学班级、38门优质人文课程，汇聚40名资深授课教师与5名履职尽责的管理人员，以专业过硬的师资力量、精细完善的管理模式，为广大学员的求学之路保驾护航。

无论是浸润心灵的朗诵艺术课堂、纵览山河的旅游地理课程，还是意蕴深厚的古典文学系列、传承千年的国学经典系列，皆为招生季的热门之选，报名常年踊跃；而涵盖5个层次、5种类别的英语课程及日语、法语课程，充分满足学员多元的外语学习需求。

深耕教坛四十载，天津市老年人大学步履铿锵、薪火相传，如今正昂首阔步开启全新发展征程。文史外语系紧跟学校发展步伐，坚守文化养老特色定位，持续精进教学质量、优化管理服务。立足时代发展与学员需求，不断迭代课程体系、创新教学内容，积极研发新课程、拔高教学专业层次，持续完善文史、外语两大专业体系，打造特色课程、精品课程，增设高端课程，全方位满足新老学员的多元与高层次学习需求。

以文润心，以学赋能，不负时光，不负热爱。诚挚欢迎每一位心怀求知热忱的长者走进文史外语系，在书香雅韵中精进自我、结识良友，解锁老有所学、老有所乐的崭新生活，开启一段充实丰盈、收获满满的文化之旅！（文轩文、马冰冰图）



笔墨传韵启新程 丹青逐梦享晚年

——绘画系欢迎您的到来

本报讯（通讯员 李炜）为满足广大老年艺术爱好者的学习需求，新学年绘画系持续优化课程架构、升级班次设置，倾力打造专业、优质、多元的艺术学习平台，助力老年学员深耕绘画技艺、陶冶艺术情操。

本学期绘画系课程体系丰富多元，囊括国画、西画两大主流品类及特色手绘专题课程。国画板块开设工笔花鸟、工笔人物、细笔青绿山水、写意花鸟、写意山水、写意人物、兰竹等经典课程；西画板块设有彩铅、素描、水彩、油画课程。全系统共开设62个教学班，涵盖学制班、短期班、考核研修班等多种班次，计划招生1800余人，可精准适配零基础入门、进阶提升、专业创作等不同阶段的学习需求。

本次招生班次层级分明、覆盖全

面，其中专为零基础学员打造的基础班共39个，涵盖各类热门绘画课程，入门门槛低、教学针对性强。同时，本学期全新推出细笔青绿山水、彩铅两大特色课程，进一步丰富课程品类，填补特色教学空白。除此之外，全系21个研修、创作考核班仍有少量名额，面向具备一定绘画基础、想要深耕创作的艺术爱好者开放报课。天津市老年人大学绘画系办学积淀

深厚，依托科学完善的课程体系、经久不衰的特色课程、精良优质的师资队伍，形成了独具特色的办学风格，收获了广大学员的一致好评。新学年、新征程，绘画系全体教师与工作人员诚邀各界绘画新老朋友咨询报名，一同执笔丹青、潜心悟艺道，在笔墨书香中收获成长，乐享多彩雅致的晚年生活。（李炜图）



动静相融养身心

——健身养生系新学年多类精品课程火热招生

为丰富大众文体生活，普及科学健身养生理念，新学年健身养生系全新开课，推出多元化特色课程，开设79个精品教学班，兼顾传统健身、形体塑美、益智休闲，满足不同人群的健身康养需求。

健身养生系教学规范严谨、管理体系成熟完善，深耕健身养生教育领域多年，拥有科学系统的课程规划与精细化教学管理模式。全系统课程分类清晰、分班合理、层级分明，贴合不同年龄段、不同基础学员的学习节奏。教学团队专业扎实、经验丰富，授课循序渐进、因材施教，兼顾专业性、趣味性、实用性。

本课程体系丰富全面，涵盖五大核心品类，适配各类学习需求。传统健身板块底蕴十足，太极拳剑类开设22个教学班，囊括太极拳、太极剑、健身双扇等经典课程；健身气功类设置12个班级，分三大组别，涵盖八套正统功法，助力学员调理气血、修身养性。

形体塑美与舒缓课程广受青睐，形体健美类12个教学班，开设健身舞、柔力球、形体健美操等课程，帮助学员塑造体态、舒展身姿；瑜伽类开设23个班级，细分二年制女士基础瑜伽、男士瑜伽、女士特色瑜伽，针对性适配不同性别、不同基础的学

健身养生系2026-2027学年度课程设置														
太极拳剑类			气功养生类			形体健美类			运动类		医药类			
太极拳	1	9:00-10:30	太极拳入门	王明	气功入门	1	10:30-12:00	气功入门	李华	健身气功	1	14:00-15:30	健身气功入门	张强
太极拳	2	9:00-10:30	太极拳入门	王明	气功入门	2	10:30-12:00	气功入门	李华	健身气功	2	14:00-15:30	健身气功入门	张强
太极拳	3	9:00-10:30	太极拳入门	王明	气功入门	3	10:30-12:00	气功入门	李华	健身气功	3	14:00-15:30	健身气功入门	张强
太极拳	4	9:00-10:30	太极拳入门	王明	气功入门	4	10:30-12:00	气功入门	李华	健身气功	4	14:00-15:30	健身气功入门	张强
太极拳	5	9:00-10:30	太极拳入门	王明	气功入门	5	10:30-12:00	气功入门	李华	健身气功	5	14:00-15:30	健身气功入门	张强
太极拳	6	9:00-10:30	太极拳入门	王明	气功入门	6	10:30-12:00	气功入门	李华	健身气功	6	14:00-15:30	健身气功入门	张强
太极拳	7	9:00-10:30	太极拳入门	王明	气功入门	7	10:30-12:00	气功入门	李华	健身气功	7	14:00-15:30	健身气功入门	张强
太极拳	8	9:00-10:30	太极拳入门	王明	气功入门	8	10:30-12:00	气功入门	李华	健身气功	8	14:00-15:30	健身气功入门	张强
太极拳	9	9:00-10:30	太极拳入门	王明	气功入门	9	10:30-12:00	气功入门	李华	健身气功	9	14:00-15:30	健身气功入门	张强
太极拳	10	9:00-10:30	太极拳入门	王明	气功入门	10	10:30-12:00	气功入门	李华	健身气功	10	14:00-15:30	健身气功入门	张强

