天津财经大学健康校园行动之“行走的健身房”

健身指导预约登记表

基层分会名称：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 项目 | 拟预约时间 | 拟定活动地点 |
| 1 | 民族传统体育类 | 太极拳（八法五步） |  |  |
| 2 | 太极剑 |  |  |
| 3 | 太极扇 |  |  |
| 4 | 八段锦 |  |  |
| 5 | 五禽戏 |  |  |
| 6 | 导引术 |  |  |
| 7 | 健身健美类 | 健美操 |  |  |
| 8 | 啦啦操 |  |  |
| 9 | 形体训练 |  |  |
| 10 | 瑜伽 |  |  |
| 11 | 普拉提 |  |  |
| 12 | 体能训练 |  |  |
| 13 | 运动康复 |  |  |
| 14 | 搏击防身类 | 女子防身术 |  |  |
| 15 | 跆拳道 |  |  |
| 16 | 搏击 |  |  |

**注：各基层分会根据实际需求一次可选择1—2个运动项目，并在项目相应处填报拟预约的时间和拟定的活动地点。**