



療癒瑜珈課

時間：每週星期五 10AM-12PM

費用：每堂課 \$5/人 (中心Donor有折扣)

詳情請洽中心辦公室

指導老師：黃菁瑜博士

黃菁瑜在英國劍橋大學取得她的心理學博士學位。她對瑜珈的熱愛與投入帶領她踏上了這十年的瑜珈旅程。菁瑜在練習瑜珈時深深體會到的平靜、喜樂以及身心靈的連結讓她決定進一步取得瑜珈師資，讓她能夠散播瑜珈對人們身心靈健康的益處。

療癒瑜珈藉由溫和的體位法中將身體調回到正確姿勢的方式，自然地統合我們的呼吸與身體。一般的課堂中只會做6-8個坐著或是躺著的體位法，每個體位會停留三到五分鐘，故療癒瑜珈適合任何年齡與肢體能力的學員練習。許多人體的病痛是因為身體長期處於不正確的姿勢累積而來，療癒瑜珈藉由將身體調回到正確的姿勢，幫助身體排毒並且達到深層的身心放鬆，進而改善身心健康。

健行俱樂部

日期：06/04/2016 星期六 9:00 AM

地點：Torrey Pine State Reserve

集合：State Park road side Parking Lot

06/18/2016 因負責人不在，取消一次。

日期：07/02/2016 星期六 9:00 AM

地點：San Dieguito Lagoon Trail, Del Mar

集合：Lagoon Trail Head at San Andres Dr.

For more information, please contact 李元溢 860-904-3844

投資座談會

日期：2016年06月05日(星期日) 4:00 PM

講題：Panel Discussions on BioTech and BioPharm Stocks and Trending

講員：Luke Hsiao, Rei-Lan Tang, Chun Deng

日期：2016年07月03日(星期日) 4:00 PM

講題：Professor Lee Long C.

講員：Recent Investment Strategy Review and New Insights

台灣中心投資座談會歡迎有興趣自己做投資的鄉親來分享你的投資或股票買賣經驗、方法、訊息、及想法。每個月聚會一次，時間訂在每個月的第一個星期日下午四時。座談會後可以逗陣去吃晚餐。如果你有什麼建議或問題，請寫個e-mail 給安崧豪(Song H An): AnInvest7777@gmail.com.

電腦俱樂部

日期：2016年06月11日(星期六) 12:30 PM

主題：蝦密係 Ransoms?

主講：石正平

跟大家介紹 ransoms，可以預防嗎？中了怎麼辦？

生活座談會

日期：2016年06月11日(星期六) 2:00 PM

主題：志工經驗談 (四)

主持：黃彩鳳

講員：柯淑惠「Assisting Police Duty」

黃玉貞「Tucklets」

黃彩鳳「Ronald McDonald House Meal Service」

連廣嘉「Register of Voter Volunteer」

感謝：陳武雄、李斐雲夫婦贊助。李梅鶴女士準備點心。

鄭德昌文化歷史講座

日期：2016年06月18日(星期六) 2:00 PM

講題：用中國的古籍和公文探討西藏和中國的關係：西藏從來就「不」是中國的

講員：劉漢城教授 (Professor Lau Hon-Shiang)

從元朝到民國，每一朝代裡。證明：體制上反映西藏獨立；如：地理典籍裡政區的劃分歸類、賦稅、朝貢、戶口、教育/科舉、司法、官制、郵政、駐軍等（比較美國在德、日、伊拉克例）。

個別事例反映西藏獨立：如：爭戰、交涉、抵禦外敵等。

目標：用中國的原始 / 半原始資料證明：

- 明朝時西藏獨立於中國之外：

- 體制：地理典籍。

- 個別事例：武宗迎活佛。

- 清朝時西藏獨立於中國之外：

- 體制：地理典籍，戶口調查，朝貢。

- 個別事例：瞻對戰爭 - 乾隆/同治。

次目標：證明中共史料的虛假 / 欺騙性。

劉漢城教授籍貫廣東花縣。出生在新加坡。1969年：

新加坡大學電機工程學士。1973年：University of North Carolina工商管理博士。1972-2000：在美國各大學商學院任教。1987-2000：Regents Professor, Oklahoma State University。2000-2011：香港城市大學管理科學講座教授。自2011年退休，全職學習中國歷史。

認識科學

日期：2016年06月25日(星期六) 2:00 PM

書名：試比電腦與人腦

主持：陳正茂

講員：劉武鴻

電腦比人腦，是小巫見大巫、橘子比蘋果、或根本就是風馬牛不相及？根據目前我們對電腦發展和人腦研究所知，兩者雖有一些類似之處，人腦卻是神奇莫測。單從科學的觀點，讓我們比較它們的結構、演變、運作、功能、問題等等，認識一下兩者的異同，更參考一下如何去看待和保養自己這個“心肝/頭殼”。

劉武鴻，台南六甲鄉下出生長大，交通大學畢業後來美，先後在水牛城紐約州立大學和費城賓州大學取得碩士及博士學位，1983年移居聖地牙哥至今，一直工作於電腦相關領域，2010年前後退休。