

休閒保健職人的孵化學系 UP GRADE!



**盡情揮灑汗水
全面啟動生命的爆發力**

揚起船槳我是風裡來浪裡去的銀翼衝浪手
換上勁裝我是身手矯健敏捷的驚奇蜘蛛人
手拿護照我是帶你環遊世界的夢想實踐家
舉起啞鈴我是身型線條完美的健身金鋼狼
拿起精油我是讓人身心放鬆的舒壓芳療師

明道休保給熱愛戶外運動、環遊世界、雕塑健身、芳療紓壓
提供想實現夢想的你一個滿滿的大平台



**成為專業頂尖休閒產業尖兵！
明道休保給你三位一體全方位培訓！**

關於休閒保健學系

明道休閒保健學系以培養休閒產業專業人才、戶外教育指導人才、身心靈保健人才為主旨，結合休閒產業專業指導、戶外活動教育和身心靈保健養生三位一體。

休閒保健學系三大領域特色

1. 培育休閒產業專業人才、戶外教育指導人才、身心靈保健人才之目標發展。
2. 結合陸、海、空等全方位的休閒活動設施，將證照與產學結合，塑造休閒觀光領域人才。
3. 課程符合未來休閒觀光市場導向需求。

休閒產業專業人才

培養觀光導遊及領隊人才為主軸，搭配運動休閒活動規劃及實作課程，培養學生將來進入相關產業的實戰能力

戶外教育指導人才

培養潛水、攀岩、獨木舟、攀樹、定向運動、漆彈、高低空探索教育等專業教練，進而激發潛能，在課程互動的過程中，體驗溝通並分享團隊合作，達到體能、增進自信、充實休閒專業能力。

身心靈保健人才

培養芳療師、健身教練專業人才，學習芳療的理論與應用及舒壓按摩技巧，和健身運動的深入涉略及客製化私人訂製健身課程，塑造健身教練在業界高度專業與高門檻。

喜歡戶外休閒活動 享受旅行自在的舒暢感 沉浸慢活養生與保健

明道休保提供三個願望一次滿足的豐富學程！
讓你靜如處子，動如脫兔！

休閒產業與指導學程

以預防醫學的觀念導入休閒遊憩領域，培養休閒遊憩專業的規劃、管理與指導人才為目標，為未來休閒渡假中心、休閒運動俱樂部及觀光旅遊事業注入新的活力與未來。

核心課程

領隊與導遊實務、遊程規劃與解說導覽、觀光資源概要、休閒活動指導、休閒遊憩概論、團體動力學、活動執行實務、休閒活動企劃、休閒行銷學、俱樂部經營管理。

身心靈保健學程

以人之生命期養生為根基，整合東西方自然保健科學、芳香療法、經絡按摩、中醫養氣養生科學概念、和現代潮流的保健食療等知識與實務，以及多功能健身中心之科學化健身運動指導，以達全人健康身、心、靈合一為依歸。

核心課程

SPA、芳香療法、經絡按摩、健身運動指導、肌力與雕塑、美容保健、膳食養生學、營養學。



引領時尚休閒風潮 邁向健身休閒專業經理人的最佳選擇

職涯前景

21 世紀的台灣正式邁入已開發國家之林，隨著生活品質提升與對休閒保健的重視。明道休保畢業的同學不論在休閒觀光產業、戶外探索教育產業、身心靈保健產業都有非常亮眼的表現！

職涯選擇

休閒觀光產業：
休閒渡假中心、休閒運動俱樂部專業經理人、飯店休閒部門、旅行社、觀光與旅遊服務等各種相關領域。
戶外探索教育產業：
戶外活動設計及指導人員。
身心靈保健產業：
芳療養身館、經絡按摩、私人健身教練、保健專業諮詢師等養生事業。

專業證照加持倍增你的職場競爭力

專業證照輔導

休閒旅遊

華語 / 外語導遊、領隊執照
會展服務專業人才證照
Abacus 航空訂位系統證照
旅行業資訊管理系統證照
觀光行銷認證

戶外教育類

攀岩、攀樹、漆彈、溯溪、獨木舟、
SUP 立式划槳等專業教練證照

身心靈保健類

國際健身教練證照 (ACAM、ACE、
NASM、NSCA)
體適能健身指導證照
國際芳療師相關證照
乙級美容技術士證照
勞動部核定之國際美容證照



全國唯一陸海空三棲育樂休閒中心 學以致用的最佳場域

極偉活動企劃中心

明道大學全國首創五星級渡假村極偉活動企劃中心，結合學系資源，讓學生從中參與營隊活動企劃及領隊實務工作，增加更多企業合作與發展機會，使學生學習與實務操作並重，從中獲得經驗，為未來就業奠定良好基礎。極偉活動企劃中心也是目前全台灣唯一擁有漆彈場、室內外攀岩場、高低空繩索、水上獨木舟三棲一體的大型探索教育學習場所。對有心創業同學提供完整育樂休閒公司創業模組規劃，實現畢業即創業的夢想！

傑出校友風雲榜



李玉婷 學姐

四年大學生涯讓我最開心的是大三的實習經歷，感謝老師們的推薦讓我有幸進入全台知名的凡妮莎國際足體美容機構，開啟我的芳療師之旅；從實習生到教育部主任雖然艱辛，但我卻甘之如飴!! 每次看到客戶在我的專業服務之後露出開心滿意的笑容，是我最大的成就與滿足。如果你對美的志業有興趣，相信明道休保絕對能給你一個滿滿的學習大平台，培訓你成為業界第一的美體芳療達人!!



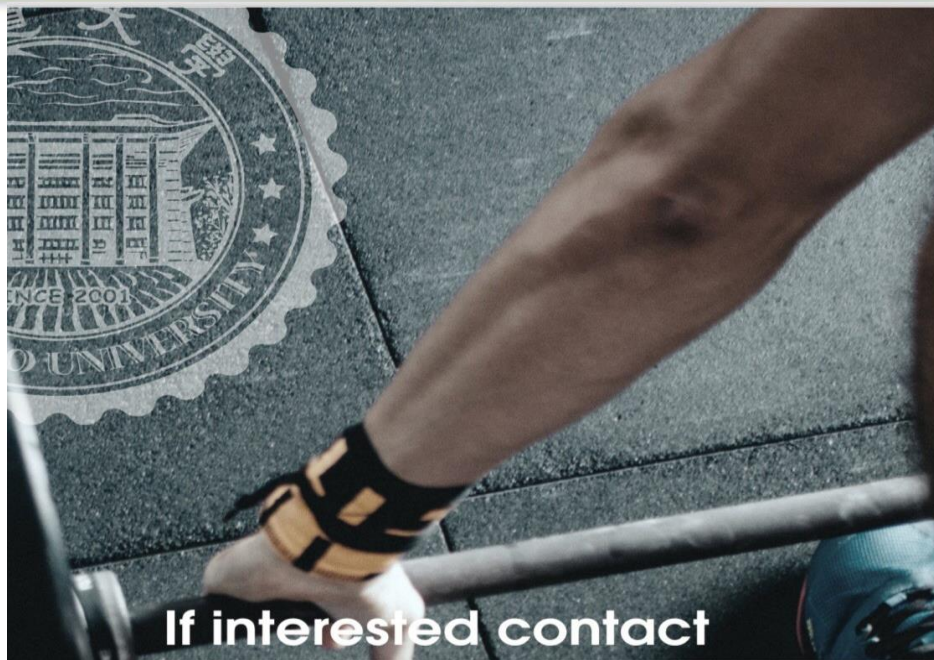
李盈德 學長

初入明道大學，因為熱愛運動所以選擇加入了相關性最高的休保系，幸得師長看重給予我足夠資源，讓我能於在夢想的路上，築夢踏實。過程中雖有挫折，但在師長支持下參與了全國大專盃健美比賽榮獲第三名的佳績，更在大三全年度實習擔任私人教練一職，讓我取得年薪百萬的成績，以己之力協助更多想要投入體適能運動的朋友，所以加入明道休保，實現你的夢想吧!



蔣晏靜 學姐

不同於系上大多數同學的選擇，在大學四年立定志向朝著專業旅遊達人的志向奮勇向前；系上有系統的課程和專業師資的指導下，畢業後順利進入全球最大的旅遊集團雄獅旅行社台北總部擔任主題產品的行銷工作；我喜歡旅行更喜歡分享在旅途中所遇到驚喜；謝謝大學生涯中老師們幫助我不斷探索內在的自我，逐步發覺自身在旅遊規劃的專長。同時能結合興趣與工作讓我每天都樂在其中享受人生!



If interested contact

明道大學 休閒保健學系

地址：52345 彰化縣埤頭鄉文化路 369 號

電話：04-8876660#7911

傳真：04-8877713

Email：yeh@mdu.edu.tw

系所網址

facebook

YouTube

LINE@

