

# 2023 全國四健年會行程表

12/2(六)		12/3(日)	
		06:30-07:30	晨之美
		07:30-11:30	宜蘭探訪趣 ■頭城-蘭陽博物館 ■宜蘭-宜蘭酒廠 ■羅東-林業文化園區 ■五結-傳藝文化園區 ■冬山-良食農創園區
10:30-12:00	活動報到	11:30-13:00	美食補給站
12:00-13:30	美食補給站	13:00-14:30	榮耀四健 四健傑出獎章暨 全國作業組競賽 頒獎典禮
13:30-17:00	宜蘭闖關趣 ■頭城農場趣味闖關 ■四健金頭腦 ■四健活力表演彩排	14:30-	賦歸
17:00-18:30	美食補給站		
18:30-20:30	四健之夜 全國四健活力表演		
20:30-	四健夜語		