課程名稱 | 曲線雕塑初階

課程屬性 健康與生活　　課程編號 110春-2548

授課老師 江美玉

最高學歷/ 國際專業肚皮舞高階師資證

相關學經歷/ 2屆環球盃肚皮舞冠軍、第九屆鄒阿真盃全國太極拳八卦掌錦標賽社會組冠軍

現職/ 各學校舞蹈社團老師、長庚醫院體適能老師

上課時間 每週三晚上07:30-09:30 第一次上課日期 2021年03月10日（星期三）

課程理念

關於這一門課：

1. 課程目標與理念

藉由各種音樂風格.編入簡單易學的舞步.讓身體各個肌肉關節都能達到運動且身心也可以紓解放鬆.這次編入簡單的印度風格舞蹈

招生人數| 25 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費| 2 學分 2400 元（18 週課程/一次上課 2 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2021-03-10 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解6*8+核心訓練+伸展
2	2021-03-17 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解6*8+核心訓練+伸展
3	2021-03-24 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解5*8+伸展
4	2021-03-31 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解5*8+伸展
5	2021-04-07 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解6*8+核心
6	2021-04-14 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解6*8+核心
7	2021-04-21 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解6*8+核心
8	2021-04-28 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解4*8+全部總組合

9	2021-05-05 晚上07:30～09:30	公民素養周	公民素養周
10	2021-05-12 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解6*8+放鬆
11	2021-05-19 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解6*8+伸展
12	2021-05-26 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解5*8+伸展
13	2021-06-02 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解5*8+伸展
14	2021-06-09 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解6*8+核心
15	2021-06-16 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步講解6*8+核心
16	2021-06-23 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+總組合
17	2021-06-30 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+複習
18	2021-07-07 晚上07:30～09:30	分享與成果	分享與成果