課程名稱 | 曲線雕塑初階

課程屬性 健康與生活　　課程編號 110秋-2719

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09月29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| 20 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	2021-09-29 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+伸展
2	2021-10-06 晚上07:30～09:30		暖身+基本核心訓練
3	2021-10-13 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+腹部加強訓練
4	2021-10-20 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步小品練習
5	2021-10-27 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+腿部跟手部協調訓練
6	2021-11-03 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+腿部跟手部協調訓練
7	2021-11-10 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+腿部訓練
8	2021-11-17 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步結合

9	2021-11-24 晚上07:30～09:30	公民素養周	公民素養周
10	2021-12-01 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步結合小品
11	2021-12-08 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步基本功結合小品
12	2021-12-15 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步基本功結合
13	2021-12-22 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步基本功結合
14	2021-12-29 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步基本功結合
15	2022-01-05 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步連結
16	2022-01-12 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步連結
17	2022-01-19 晚上07:30～09:30		暖身+基本功練習+舞步連結
18	2022-01-26 晚上07:30～09:30	成果展	成果展