

課程名稱 | 曲線雕塑初階

課程屬性 | 健康與生活

課程編號 | 112秋-3119

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 2023年08月23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	2023-08-23 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+伸展
2	2023-08-30 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+伸展
3	2023-09-06 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+腹部加強訓練
4	2023-09-13 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+協調訓練
5	2023-09-20 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+腿和手協調訓練
6	2023-09-27 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+腿和臀協調訓練
7	2023-10-04 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+基礎紗巾訓練
8	2023-10-11 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+紗巾動作組合

9	2023-10-18 晚上07:30~09:30		公民素養周
10	2023-10-25 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+紗巾動作組合
11	2023-11-01 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+舞序+紗巾組合
12	2023-11-08 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+舞序+紗巾組合
13	2023-11-15 晚上07:30~09:30		暖身+基本功+舞序+紗巾組合
14	2023-11-22 晚上07:30~09:30		排隊形
15	2023-11-29 晚上07:30~09:30		排隊形
16	2023-12-06 晚上07:30~09:30		總練習
17	2023-12-13 晚上07:30~09:30		總練習
18	2023-12-20 晚上07:30~09:30		成果分享