

## Marshall's Aerobic Ballet & Modern Dancing Time

瑪歇爾 有氧芭蕾舞太極舞蹈律動時間



### 2016/2/1~2/19 主題：東方的舞蹈(柔軟的民族身段)

- [小班] 初階民族舞的地板基本動作
- [中班] 進階民族舞的中間基本位置
- [大班] 高階民族舞的流動及跳躍

### 2016/2/22~3/11 主題：舞動身體 (即興舞蹈創作)

- [小班] 單一身體部位的認識及延續性
- [中班] 個人與團體對身體的聯結與想像
- [大班] 團體與團體對身體之間的創造力

### 2016/3/14~4/1 主題：街頭舞蹈 (活力運動的舞蹈)

- [小班] 初階街舞的基本律動
- [中班] 進階街舞的律動拆解
- [大班] 高階街舞的律動組合

## 2016/4/4~4/22 主題：瑜珈之心（沉靜 穩定 悠然）

- [小班]悠然於身心的呼吸
- [中班]穩定於身體的平衡
- [大班]沉靜於心靈的流動

## 2016/4/25~5/13 主題：英文律動舞蹈（婦幼節專題律動）

- [小班]I LOVE MOMMY
- [中班]PAT-A-CAKE
- [大班]FINGER FAMILY

## 2016/5/16~6/3 主題：拳擊有氧（強力運動的舞蹈）

- [小班]初階拳擊有氧的手部基本動作
- [中班]進階拳擊有氧的腿部基本動作
- [大班]高階拳擊有氧的全身基本動作

## 2016/6/6~6/24 主題：年代舞蹈 <2>（認識經典潮流舞蹈）

- [小班]華語流行舞
- [中班]韓國流行舞
- [大班]美國流行舞

## 2016/6/30~7/18 主題：西方的舞蹈(優雅的美學延展)

- [小班]初階芭蕾舞的地板基本動作
- [中班]進階芭蕾舞的中間基本位置
- [大班]高階芭蕾舞的流動及跳躍