

주민자치센터 프로그램 강의계획서

프로그램명		라인댄스	강사이름	운영민	강의기간	
강의	일시	강의내용				비고
제1강	orientation	기초다지기-워밍업(몸풀기)				운동복
제2강	warm-up	라인댄스의 warm-up을 중심으로 기본동작				
제3강	step 리듬	warm-up을 중심으로 기본동작+step tempo				
제4강	차차차 리듬	기본동작을 반복움직임+step tempo,스트레칭				
제5강	step	warm-up을 중심으로 댄스의 기본동작익히기				
제6강	왈츠 리듬	warm-up+wave1번과 2번익히기				
제7강	비트 반복	warm-up, wave , jump				
제8강	wave, step	warm-up, wave , step				
제9강	작품외우기	warm-up + 기본동작을 토대로 combination (작품 외우기)				
제10강	작품외우기	warm-up + 근력운동 + combination (작품외우기)				
제11강	작품외우기	warm-up + 근력 + step +combination (작품외우기)				
제12강	작품외우기	warm-up + wave + 기본step + combination (작품연습)				
제13강						
제14강						
제15강						
제16강						
제17강						
제18강						
제19강						