

【 강의 계획서 】

과 정 명	스포츠댄스	과 목 명	스포츠.댄스	강 사 명	이옥자
강의요일	월.수	강의시간	1시간	강 의 실	여성회관
강 의 소 개					
강의목표	스포츠댄스 스트레스를 재미있게				
수강요건	연령에 구애없이 누구나 참여할수있음				
수강후진로·전망	지도자로활동하고싶은 회원은 자격증을 취득할수있음				
강사이력	생활체조32년 현재여주시생활체조연합회장 (lee댄스아카데미교육관장)				
교 재 명	스포츠 댄스	개강준비물	댄스.스포츠화		
실습재료비	☐ 재료비 총액(16주) : ☐ 납부방법 : ☐ 재료비내역 : 교재				
강 의 내 용					
주차	내 용 요 약				비 고
1	기본스텝(step) cha.cha.cha 홀들 손잡는법				
2	기본스텝 커플 홀드잡는자세				
3	기본스텝 음악에 맞추어 기본스텝 cha.cha.cha				
4	기본스텝 오픈 힙 트위스트 엠 하키스틱 손잡고여자가 사선으로돌다				
5	기본스텝 하키스틱 엠				
6	기본스텝 오픈힙 트위스틱 엠 하키스틱				
7	기본스텝 오픈 베이지 엔풋 체인지 트위스트				
8	기본스텝 네츨럽탑 스텝 손잡고돌다				
9	네츨럽탑.완투.차.차.차				
10	베이지 오픈베이지 네츨럽탑				
11	베이지 .오픈힙트위스트.차.차.차				
12	기본스텝.하키스틱 엠.트위스트.				
13	베이지.오픈베이지.하키스틱				
14	언더안턴.오픈베이지.차.차.차				
15	언더안턴.오픈베이지.하키스틱				
16	배운거마무리				