



K-POP 韓國流行 MV

別再羨慕 MV 裡面歌手，又唱又跳帥氣、性感、可愛的舞姿了，本課程教授當季流行的韓國流行樂曲，讓你聽著音樂、看著電視跟著明星一起 shake it shake it！你也可以是 super star！

美魔女塑身肚皮舞

這是一堂非常注重身段的舞蹈，強調女性的曲線，藉由身體的分解練習，讓您的胸、手臂、腰...達到非常有效的運動效果，也在老師的舞碼組合編排中，體會到中東舞蹈的神秘風情，又達到雕塑身材消耗熱量的功效！

星期	編號	課程名稱	日期	上課時間	價格	堂數	老師
四	D4JB17	日本舞踊	05/04~06/29	10:30-11:30	\$1,080	9	吳米珠
五	D5SA04	MV 流行熱舞 (第三堂後不開放體驗)	05/05~06/30	19:30-20:30	\$1,530	9	Qta
	D5UB27	Samba dance 熱舞森巴 (第三堂後不開放體驗)		21:00-22:00	\$1,080	9	郭佳
六	D6JA07	美魔女塑身肚皮舞 (第三堂後不開放體驗) (本課程建議自備芭蕾舞鞋)	05/06~06/24 (05/27、06/03 停課)	10:00-11:30 (1.5hr)	\$1,530	6	蕭治惠
	D6MB26	Girl style		13:00-14:00	\$720	6	張恆
日	D7LC23	K-POP 韓國流行 MV (第三堂後不開放體驗)	05/07~06/25 (05/28 停課)	12:20-13:20	\$840	7	Mary

公益課程

樂齡課程限定 60 歲以上銀髮長輩

星期	編號	課程名稱	日期	上課時間	價格	堂數	老師
一	樂齡	銀髮太極拳	05/01~06/26 (05/29 停課)	10:00-11:00	公益免費	8	林駿穎
二		銀髮飛輪	05/02~06/27 (05/30 停課)	09:00-10:00		8	張耀仁
		水中有氧		15:00-16:00		8	藍尼
四		樂活體適能	05/04~06/29	15:00-16:00		9	恬恬
六		銀髮運動舒緩	05/06 ~ 06/24 (05/27、06/03 停課)	08:00-09:00		6	邱鴻傑

星期	課程名稱	日期	上課時間	價格	老師
二、五	大都會排舞	05/02~06/30 (05/30 停課)	10:00-11:00	免費	大都會排舞協會