

Marshall's Aerobic Ballet & Modern Dancing Time

瑪歇爾 有氣芭蕾太極舞蹈律動時間



2026/2/02~2/20 主題：冬日派對/情境感受力

- 小班：空間及道具的基本認識
- 中班：音樂及道具的基本運用
- 大班：團體之間使用道具的變化

2026/2/23~3/13 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

2026/3/16~4/03 主題：舞動太極/動靜之間的平衡

- 小班：身體的呼吸
- 中班：身體的流動
- 大班：身體的平衡

2026/4/06~4/24 主題：活力啦啦舞/強力運動的舞蹈

小班：初階啦啦舞的基本動作

中班：進階啦啦舞的力度及口號

大班：高階啦啦舞的團體隊形及變化

2026/4/27~5/15 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

2025/5/19~6/06 主題：兒童體操墊上運動/力量的掌控

小班：核心的地板基本動作

中班：基本的翻滾及平衡動作

大班：組合的翻滾及跳躍動作

2026/6/08~6/26 主題：拳擊有氧/心肺功能訓練

小班：手部基本動作

中班：手部及腿部的基本動作

大班：全身性的動作組合

2026/06/29~7/24 主題：學期總複習

讓我們的孩子都能在過程中充份學習所有課程內容，享受舞蹈的延展、瑜珈的呼吸、身段的優雅、翻滾的樂趣…。