

K-Pop Dance

介紹

韓國流行舞蹈(K-Pop Dance)，起源於南韓，自 90 年開始，現代流行曲在南韓當地開始流行和普及。在 2000 年到現在，韓國流行歌曲憑著獨特的 Rhythm and Blues 和 Hip Hop 音樂風格，加上出神入化和變化多端的舞蹈，一隊隊出色的音樂組合已經先後打進了國際市場。而千變萬化的韓國流行舞蹈現今已成為現代都市人的一種流行團隊運動。

內容

K-Pop Dance 主要是分為兩種，一種為“MV Dance”，一種為“排舞”。
[MV Dance] 主要是模仿著韓國歌手的 Music Video 入面的舞蹈去跳。
[排舞] 主要是藉著導師安排的舞蹈，再配合現代韓國流行歌曲去跳出自己的風格。



對象

- 青少年(13-17 歲)
- 成人(18 歲或以上)



特點

優點：輕鬆、提高身體協調、增強自信心、可建立團隊合作精神

功效：增強心肺功能、大量消耗身體能量、可以達致收身效果、改善人際關係等等.....

備註

- 本課程由合資格 K-Pop 教練教授
- 請學員穿著運動服出席

