



學大明陽立國

電子報專欄

- ▶ 本期摘要
- ▶ 校園焦點
- ▶ 陽明訊息
- ▶ 行政會報
- ▶ 課輔部落格
- ▶ 校園點滴
- ▶ 捐款芳名錄

副刊專欄

- ▶ 山腰電影院
- ▶ 閱讀生活

相簿集錦



這是什麼？

相簿適用IE6, IE7, FireFox, Safari
IE8請開啟「相容性檢視」瀏覽

快訊 【校園焦點】本校附醫榮獲「SNQ國家品質標章認證」

校園點滴

熱力四射「2016寒舞營」

一直以來，寒舞營對熱舞社來說，不只是讓社內新生社員們接觸多元的音樂形式和舞蹈風格的重要活動，更希望藉這機會將熱舞的精神和態度帶給更多同好。

今年1月19日至21日，為期三天的陽明熱舞社寒假舞蹈研習營，在冷颼颼的冬天再次展開。老師和同學們在教學過程中充滿了許多歡笑，而不同的舞蹈領域和境界更帶給同學們許多驚豔。也許每個人起初是帶著不一樣的心情或初衷來到這裡，但卻帶著同樣豐富的收穫和舞蹈熱忱離開。

本屆寒舞營宛如超值壓縮檔，超強的老師陣容、六種舞風的研習，透過三天七堂的豐富課程讓學員們不虛此行，得到了比想像中多更多的滿足和舞蹈能力。

第一天早上，寒舞營便以多種舞蹈和相關遊戲揭開序幕，讓參加學員們進入舞蹈的世界。愷文老師的hip-hop將大部分學員所認知的hip-hop提升一層，藉由改變律動的速度去填滿音樂的流動，讓我們更加完美地分析音樂，並且呈現出來。而由熱舞社學長教學的popping課程，也讓大家對較難上手的popping和robot有基本的體驗。

第二天早上，小穎老師的house讓我們了解到另一種音樂風格的詮釋方法。隨著音樂讓身體做上下律動的變換，快速跳動的腳和身體讓寒冷的早晨溫暖了起來。接下來，哈妹老師的wacking一開始就打穩大家的基礎，訓練我們舞者最需要的肌力，也將寒舞營的理念發揮得淋漓盡致，內容簡單上手卻完全不失創意。



學員們專注地聆聽老師講解



寒舞營將熱舞的精神和態度帶給更多同好

黑嘉麗老師的dancehall如同以往，將牙買加的文化原汁原味地帶給我們，也讓我們從音樂裡去尋找自己身體的感覺。上她的課，總是能讓我們更去探索、瞭解自己的身體。雖然到晚上最後一堂課時，大家早已感到疲憊，但許凱皓老師的locking課讓大家又重新充滿精神。他將locking的基礎以及每個動作背後的意義都為我們詳細解說，讓大家從舞蹈中學到用肢體動作溝通的快樂。

第三天，阿信與Alumi老師為我們傳授最經典的雙人舞蹈hustle，從基本交際的步伐，到加上旋轉以及各種變化，讓學員們都體驗了與之前截然不同的風格。最後，我們也讓大家有充足時間去練習這幾天所學，並在最後運用創意去編排一段音樂，做出一個小呈現。看大家認真練習和編排的模样，以及許多用心且別出心裁的表演成果，想必就是這次寒舞營給大家最好的禮物。



豐富的課程讓大家不虛此行

< 文、圖 / 陽明熱舞社 >

[\[←\] 回上一頁](#) [\[⊙\] 回到首頁](#) [\[↑\] 回到最上](#)

COPYRIGHT © 2010 NATIONAL YANG-MING UNIVERSITY ALL RIGHTS RESERVED 國立陽明大學版權所有·未經同意·請勿轉載

[關於電子報](#) | [訂閱電子報](#) | [聯絡編輯小組](#) | [友站連結](#) | [上期電子報](#)

發行人：梁廣義 總編輯：王瑞瑤 執行編輯：彭琬玲 網頁維護：凱笛資訊

