

附件

培 训 日 程

时 间		活 动 内 容
7 月 27 日 (周一)	10:00—21:00	学员报到
7 月 28 日 (周二)	08:00—08:30	开班仪式
	08:30—09:00	健身气舞理论教学
	09:00—12:00	健身气舞《傣韵·生生之境》技术教学（一）
	14:00—17:30	健身气舞《傣韵·生生之境》技术教学（二）
	19:00—21:30	自由练习
7 月 29 日 (周三)	08:30—09:00	健身气舞理论教学
	09:15—12:00	健身气舞《沙漠玫瑰》技术教学（一）
	14:00—17:30	健身气舞《沙漠玫瑰》技术教学（二）
	19:00—21:30	自由练习
7 月 30 日 (周四)	07:00—08:30	考前复习
	08:30—11:30	健身气舞《傣韵·生生之境》或《沙漠玫瑰》考评
	中午 13:00 前	学员离开

注：课程可能会有些许调整，请以实际安排为准。