



學習 從身體開始

為了從身體上，幫助我們的孩子「認識自己」，雲門以四十多年的舞蹈藝術經驗，與音樂，幼教，心理學等專家，開創出「生活律動」教學系統，以協助每個人直接從肢體的舞動中得到舒服和放鬆的狀態，學會認識自己的身體，靈活運用自己的身體，更能尊重欣賞他人的身體。

特別的是，雲門舞者每天練習武術，因此雲門教室研發了適合孩子的武術課程。腦神經科學教授洪蘭老師指出，許多第一線的治療師發現，武術和體操的身體活動特性，對孩子的注意力很有幫助。因為這些運動需要全神貫注，而且變化豐富。

天馬行空的創意，可說是孩子與生俱來最珍貴的禮物。身體學習，是灌溉這塊創意土壤，保留這份天賦，最好的開始！孩子的需求很單純，精力無窮，滿足他對動的渴望，自然能感受安靜帶來的美好感覺，一步步找到生活裡的動靜和諧。

期盼孩子能在寒假期間，無論是透過律動或是武術，都能試著開始動身體，所以推出2022 雲門冬令營「動動樂園」，用不一樣的方式動身體。

相關優惠(以下優惠擇一使用，不合併計算)

早鳥優惠(12/5 前)★1 人報名單營隊 85 折，雙營隊 8 折

雙營隊優惠(12/6 起)★1 人報名雙營隊 85 折

特定異業好朋友

★信用卡(台北富邦，台新銀行，華南銀行，國泰世華，中國信託，聯邦銀行，遠東銀行樂家卡) 刷卡享學費 9 折

★其他(萬海航運認同卡/台積電員工/南山聚樂部)出示相關證件享學費 9 折

2022 雲門冬令營

「動動樂園」歡樂 1 梯次 2/8~2/10

【武術先修營】

馬拳渾身是勁，鶴拳開展大方，蠍拳靈活多變

汗水在鼻尖滑動，腿勁下沉，靜定而專注的種子開始發芽

武術是獨特的運動，有不同層面要求：美感的形象，細節的琢磨，勁道的發揮，規矩的堅持。

不僅有基本功練習，藉由孩子「仿生拳」模擬動物態勢，感受武術的氣勢，提升學習專注力，並充分鍛鍊體能。最後的站樁收功，讓孩子學會保持身心寧靜。



【兒童舞動營】

從生活中，探索創意的無限

律動起來，想像開始翻轉

結合肢體律動，遊戲等創意多變的課程，孩子藉由舞動身體，揮灑心中無限想像，展現豐富的身體創意。

課程中，孩子不僅能開心探索，發現身體的無限可能，還會練習簡單的數量計算和身體造形的創意，並且和其他友伴一起互動、合作造形，體驗身體與頭腦同時運作，瞬間做出反應的想像力與創造力。



活動地點：全臺雲門舞集舞蹈教室

招收對象：1~4 年級（6 足歲~9 歲）

上課時間：為期三天，每天 2 小時(實際上課時間見各分館資訊)

課程費用：3,300 元

報名日期：即日起（額滿為止）

報名方式：請電洽全臺雲門教室，或掃描



大台北區 【台北南京館】 02-25212007

【台北板橋館】 02-22505008

【台北南門館】 02-23973012

桃竹中區 【桃園藝文館】 03-3161771

【新竹竹北館】 03-6688515

南區 【嘉義飛越館】 05-2788049

【台北信義館】 02-27293860

【台北內湖館】 02-27998616

【新竹三民館】 03-5153515

【台中文心館】 04-22540808

【台南丹青館】 06-2088007

【台北石牌館】 02-28203202

【台北雙和館】 02-82458108

【新竹竹科館】 03-6127799

【台中道禾館】 04-23194356

【高雄中正館】 07-2252266