

分析一下，国风舞和爵士舞哪个适合女生学

产品名称	分析一下，国风舞和爵士舞哪个适合女生学
公司名称	深圳市龙华区芭莎舞蹈培训工作室
价格	398.00/月
规格参数	协议保障:学会为止,包拿证,包就业 舞蹈老师:从业8年以上专业舞蹈老师 教学模式:手把手指导0基础小班教学
公司地址	深圳市龙华区民治街道龙塘社区中海锦城5栋5130、5131、5132、5133、5134、5135商铺
联系电话	0755-23744235 18026945098

产品详情

先到先得！【私信】即可领取【免费体验课】

爵士舞是一种充满活力与创造性的外放性舞蹈，具有律动节奏强，流行，帅气等特点。国风舞是一种带有中国传统风格的舞蹈，充满古典意蕴的审美情趣和高雅品格。

那么，国风舞和爵士舞哪个适合女生学呢？首先，我们先来分析一下两个舞种不同之处：

爵士舞

- 1，流行度强，什么时代都流行。
- 2，可以训练肢体的协调性，耐性，有减肥，强身健体、增强女性自信，提升个人气质、减缓生活与工作的压力的。
- 3，爵士舞没有太大的难度，对基础要求不算高，只要掌握了节奏和力度再加上老师的指导与自己的练习就可以跳好。

国风舞

- 1，跳起来形态优美、可以大幅度提升个人气质
- 2，学习国风舞需要有柔韧性良好的身材条件，要经常练习压脚、劈叉、下腰等基本功。

3，国风舞跳起来柔美且韵味十足，为了能展现出柔软的身姿，国风舞对基本功的要求非常严苛，而且学起来也会比其他舞种更难。

【总结】所以，如果你舞蹈基础不深厚，只是想利用空闲时间学习一下的话，爵士舞更加适合你！

想学舞蹈，但又不知道该如何选择舞种的同学，可以**【私信】**我，免费领取一份**【全舞种介绍+课程内容+舞馆地址】**等资料。