

# 河南舞蹈把杆价格双层移动腿部练习把杆

产品名称	河南舞蹈把杆价格双层移动腿部练习把杆
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	220.00/副
规格参数	
公司地址	盐山县望树镇宋庄村（注册地址）
联系电话	0317-8255176 15373379958

## 产品详情

### 一、阶段20课时

包括软开度: 肩腰训练、腿部训练、胯部训练, 素质(体能)训练个月; 芭蕾基训; 了解芭蕾理论知识和讲解芭蕾术语; 配合相应芭蕾单一训练, 组合训练; 古典身韵: 讲解古典身韵理论和基本元素。

### 二、第二阶段20课时

包括软开度, 素质(体能)强化训练, 古典舞身韵综合训练, 以组合形式, 古典舞技术技巧, 古典舞舞蹈学习。

### 三、第三阶段20课时

包括软开度, 素质(体能)强化训练; 民族民间舞(41-60课时); 个人舞蹈剧目; 个人舞蹈创编技巧6、古典舞技术技巧。