

Martial Art Happy World

少林功夫 防身武術



全方位創意武術，開拓兒童心智體能多元發展。
透過武術律動的身體，體會自信、勇氣與成長。

少林防身武術課程

§ 課程介紹

學習武術可使小朋友的心智漸趨成熟，懂得做人處世的道理。本課程透過武術律動來提升體能、柔軟度、平衡感與協調性，還可養成自律的精神，讓小朋友不僅學習「動」態的體能活動，還學到「靜」態的心靈成長，達到一「動靜皆宜」的效果。



§ 少林功夫好—做人處世道

學少林功夫不用跑去少林寺，也不用剃光頭！在這裡，傳統少林拳變得淺顯易懂，讓小朋友從揮拳打掌中，體會到老祖宗的智慧。

§ 防身有技巧—簡單又實用

當小朋友遇到麻煩時，該怎麼面對呢？不妨學一套可隨時施展的防身術吧！本課程傳授的防衛技巧，簡單且實用，讓小學員快速上手、保護自己，校園欺凌一定遠離你們家的小寶貝。

§ 氣功抗流感—提高免疫力

武術可健身、防身、強身、養生，小朋友學習氣功之後，可以促進發育，增強體力及免疫力，有效對抗充滿病菌的環境。

