

# 우리동네 노인복지관 송파복지센터 2025년 1분기 수강안내

- 수강기간 : 2025년 1월 2일 ~ 3월 21일 (3개월)
- 접수기간 : 우선접수 대상자 2024년 12월 2일 ~ 12월 6일 (5일간)  
신규접수 대상자 2024년 12월 9일 오전 8시 30분~, 선착순 접수  
노래교실, 근력강화체조 2024년 12월 10일 오전 8시 30분~  
※ 프로그램 적정 인원 미달 시 분기 휴강될 수 있음
- 할인혜택 : 기초수급권자 이용료 면제 / 만60세 이상, 장애인 및 국가유공자 50% 할인
- 대 상 : 송파구 지역주민(\*회원가입 필수) [www.carefriends.or.kr](http://www.carefriends.or.kr)
- 문의사항 : (02) 409 - 1616 / 송파구 충민로184 (파인타운 1단지 정문 앞)



어학 / 인문학

미술 / 예술

악기연주 / 음악

강좌명	강의시간	수강료 (만60세 이상 50%할인)	강사	정원
기초영어 간단한 문장, 문법 배우기	화 13:10~15:00	66,000 (33,000)	우창수	20
영어회화 초급A Start English 교재 수업	월, 수 9:10~10:00	66,000 (33,000)	우창수	20
영어회화 초급B Start English 교재 수업	월, 수 11:10~12:00	66,000 (33,000)	우창수	20
영어회화 중급 Easy English 교재 수업(영어로 수업진행)	월, 수 10:10~11:00	66,000 (33,000)	우창수	24
일본어 초급 간단한 일어 문법 배우기 (★ 히라가나 알고 오셔야 함★)	화 13:00~13:50	60,000 (30,000)	손희련	18
일본어 중급 일본어뉴스 듣고 이해하기	화 10:10~11:30	66,000 (33,000)	손희련	18
영화인문학 영화 보고 동료와 이야기 나누기, 콘텐츠 만들기	월 13:10~15:00	90,000 (45,000)	최인국	20
동양의 미 '민화' 민화 그려 족자로 작품 완성(재료비 별도)	수 13:10~15:00	70,000 (35,000)	이슬이	14
펜 하나로 쉽게 '펜화' 종이에 펜 하나로 똑딱 작품 완성(재료비 별도)	수 9:10~11:00	70,000 (35,000)	홍은진	14
풍경 수채화 '어반스케치' 초급 종이에 수채화로 그린 나만의 작품 완성(재료비 별도)	화 9:10~10:30	70,000(35,000)	홍은진	18
풍경 수채화 '어반스케치' 중급 종이에 수채화로 그린 나만의 작품 완성(재료비 별도)	화 10:40~12:00	70,000(35,000)	홍은진	18
한문 서예교실 한문을 재료로 멋진 작품 완성(재료비 별도)	목 10:10~11:40	70,000 (35,000)	권갑순	14
한글 캘리그래피 한글로 멋진 글귀 작품 완성(재료비 별도)	화 9:10~11:00	70,000 (35,000)	서보선	14
우쿨렐레 기본 우쿨렐레 코드 잡기와 연주	목 13:10~14:30	70,000 (35,000)	이미애	15
우쿨렐레 중급 우쿨렐레 코드 잡기와 연주	목 14:40~16:00	70,000 (35,000)	이미애	15
기타 초급 기타 리듬 코드잡기 기초	월, 수 13:10~14:00	70,000 (35,000)	이윤목	20
기타 중급 기타 코드 연습과 연주	월, 수 14:10~15:00	70,000 (35,000)	이윤목	20
가곡 첫걸음 가곡 쉽게 부르기	금 15:30~17:00	70,000 (35,000)	유해인	35
하모니카 초급 하모니카 C키 연주법, 악보 보는 법 배우기	수 15:10~16:00	60,000 (30,000)	최성녀	15
하모니카 중급A 하모니카 C키, C#키 둘 다 연주가능한 분	수 14:10~15:00	60,000 (30,000)	최성녀	15
하모니카 중급B 하모니카 C키, C#키 둘 다 연주가능한 분	수 16:10~17:00	60,000 (30,000)	최성녀	15
돌체 오카리나 오카리나 악기 연주(중급반에 가까움)	월 13:10~14:00	60,000 (30,000)	김경숙	15
신나는 노래교실 트로트 노래 부르기	목 10:10~11:40	무료(만60세 이상)	김명순	67
바둑교실 초보 바둑 기본기부터 배우기	목 13:10~15:00	무료	임철완	14

## 정보화

	강좌명	강의시간	수강료 (만60세 이상 50%할인)	강사	정원
컴퓨터	인터넷 활용 폰 사진 pc로 옮기기, 인터넷 예매(영화, 기차) 등	월 13:10~15:00	54,000 (27,000)	나은영	14
	나만의 동영상 만들기 윈도우 무비메이커 사용법, 편집, 자막 달기	수 10:10~12:00	54,000 (27,000)	김민주	14
	한글 문서작성반 한글 2018 이용하여 문서작성, 글맵시, 표 만들기	목 10:10~12:00	54,000 (27,000)	김민주	14
	컴퓨터 왕초보 A 컴퓨터 켜기, 윈도우10 활용, 인터넷 기초	월 10:10~12:00	54,000 (27,000)	나은영	14
	컴퓨터 왕초보 B 컴퓨터 켜기, 윈도우10 활용, 인터넷 기초	수 13:10~15:00	54,000 (27,000)	김민주	14
스마트폰	스마트폰 왕초보 와이파이 설정, 문자, 사진, 카카오톡 활용법 등	금 10:10~11:00	무료(만60세 이상)	시니어강사	20
	스마트폰 초보 기본 앱, 버스, 지하철, 택시, 카카오톡 활용법 등	금 11:10~12:00	무료(만60세 이상)	시니어강사	20
	스마트폰 유튜브 크리에이터 영상 촬영, 편집 방법부터 유튜브 업로드까지	금 10:10~11:40	70,000 (35,000)	황민규	16

## 건강복지

	강좌명	강의시간	수강료 (만60세 이상 50%할인)	강사	정원
요가	몸짱교실(헬스) *샤워장 구비	월~금 9:00~17:30	1개월 40,000(20,000) 3개월 100,000(50,000)	박소현	180
	파워 요가 안전하고 파워풀한 정통 요가	화, 목 10:10~11:00	70,000(35,000)	김수현	17
	힐링 요가 심신 건강에 도움을 주는 요가	화, 목 9:10~10:00	70,000(35,000)	김수현	17
	숙면 요가 숙면에 도움을 주는 요가	화, 목 13:10~14:00	66,000(33,000)	장유진	17
	허리튼튼 요가 움추린 몸을 펴주며 허리건강에 도움을 주는 요가	월, 수 10:10~11:00	66,000(33,000)	송지윤	17
	남성 요가 남성 신체 건강에 도움을 주는 요가	월, 수 13:10~14:00	70,000(35,000)	장유진	14
필라테스	밸런스 바디필라테스 균형잡힌 몸매로 가꿔주는 필라테스	월, 목 16:10~17:00	70,000(35,000)	장유진	14
	바른체형 필라테스 바른 체형으로 가꿔주는 필라테스	월, 수 11:10~12:00	70,000(35,000)	송지윤	14
	코어 필라테스 몸통 근육을 강화시키는 필라테스	화, 목 14:10~15:00	70,000(35,000)	장유진	14
댄스 / 체조	금요 라인댄스 초급 줄을 맞추어 함께 추는 댄스	금 14:10~15:00	66,000(33,000)	마주원	18
	수요 라인댄스 중급 줄을 맞추어 함께 추는 댄스	수 11:10~12:00	66,000(33,000)	마주원	18
	사교댄스 입문 지루박_트로트 음악에 맞춰 리듬타기	목 15:40~17:00	70,000(35,000)	구선우	18
	사교댄스 중급 지루박_트로트 음악에 맞춰 리듬타기	목 14:10~15:30	70,000(35,000)	구선우	24
	사교댄스 블루스 느린 곡조 음악에 맞춰 리듬타기	화 16:30~17:50	70,000(35,000)	구선우	24
	근력강화체조 근력을 강화시키는 동작 위주 구성된 체조	수, 금 9:10~10:00	무료(만60세 이상)	진애숙	18
	시니어로빅 오전 쉽게 따라하는 에어로빅	화, 목 11:10~12:00	70,000(35,000)	장경희	17
	시니어로빅 오후 쉽게 따라하는 에어로빅	화, 목 13:10~14:00	70,000(35,000)	장경희	24