

프로그램 운영계획(강의계획서)

□ 성 명 (조 복 례) □ 강좌명 (단전호흡1)

구 분	내 용	비 고
수업지도내용 (핵심요소)	<ul style="list-style-type: none"> - 전조선 → 복식호흡 → 후조선 - 수련하는 회원 각자에게 알맞은지도 - 중기단법 → 진공단법 → 원기단법 진행 - 수련은 복식호흡이 중요함으로 매일 호흡체코 	
일일강의계획	<ul style="list-style-type: none"> - 주선도 강의 CD로 수련을 시작 - 전조선 → 복식호흡 → 후조선 - 매일 개인에 맞는 호흡체코 - 18개의 혈자리 정확하게 지도 	
월단위 강의계획	<ul style="list-style-type: none"> - 매일 수련을 진행하며 몸과 마음이 건강해 지는 것이 중요 - 출석부 비치하여 회원들의 승단 - 변역력은 키우기 위한 호흡법 	
분기, 반기 연단위 강의계획	<ul style="list-style-type: none"> - 새로운 회원이 등록 할 수 있도록 회원유치에 노력 - 육공법의 수련으로 몸의 저항력과 항병능력은 강화 - 질병을 예방하고 변역력 증진 	