

2026년 홍천군종합사회복지관 교육문화사업

프로그램 안내

■ 운영 기간: 2026. 02. 02. ~ 10. 30. (하계휴가 1개월 포함)

■ 문의: 서비스제공팀 070-4172-5956

※ 프로그램 일정은 기관 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 바리스타 2급 자격증 과정은 상·하반기 과정으로 상반기 참여자만 모집합니다.

문화복지 프로그램(취미·여가 강좌)

| 번호 | 과목명 | 정원 | 수업시간 | 수강료 | 강의내용 | 교육실 |
|----|-------------------------------|----|------------------|------------------|---|------------------|
| 1 | 제빵 기능사 자격증 과정 | 15 | 화 14:00~16:00 | 총 8만원 (재료비별도) | 베이커리, 브런치 창업 및 취업에 도움이 되는 기술 습득 | 3층 교육실3 |
| 2 | 바리스타 2급 자격증 과정 (상반기/총16회기) | 15 | 월 14:00~16:00 | 총 4만원 (재료비별도) | 바리스타 자격증 취득에 대비한 이론과 실습 교육 | 3층 제과제빵실 |
| 3 | 꽃송이가요장구 | 15 | 목 18:30~20:30 | 총 8만원 | 타악을 통해 신체활동 향상으로 인한 체력향상, 스트레스 해소, 자신감 향상 | 2층 펑크드림 |
| 4 | 서양화교실 | 12 | 목 10:00~12:00 | 총 8만원 | 기름과 색소를 혼합한 유화물감을 사용하여 캔버스 표면에 그림으로 표현하는 기술 익히기 | 2층 교육실8 |
| 5 | 한글서예 | 20 | 월 10:00~12:00 | 총 8만원 (재료비별도) | 한글의 아름다움을 붓과 먹으로 예술적으로 표현하고 마음의 수양을 쌓으며 우리 한글의 우수성을 대한 자긍심을 갖는 것으로 이론과 실습교육 | 3층 교육실6 (봉제실) |
| 6 | 한문서예 | 20 | 월 14:00~16:00 | 총 8만원 | 해서, 전서, 예서 등 한자의 쓰임 및 서예 실습 교육 | 3층 교육실4 |
| 7 | 밴드교실 | 12 | 목 19:00~21:00 | 총 8만원 | 일렉기타의 기초부터 중급과정의 연주 법을 배우는 과정으로 밴드 구성을 위한 준비과정 | 지하 교육실7 |
| 8 | 그림과 함께하는 붓펜 캘리그라피(초급) | 10 | 화 15:00~17:00 | 총 8만원 | 손으로 그린 그림 문자로 글씨를 아름답게 쓸 수 있도록 교육 | 2층 교육실8 |
| 9 | 그림과 함께하는 붓펜 캘리그라피(중급) | 10 | 화 10:00~12:00 | 총 8만원 | 손으로 그린 그림 문자로 글씨를 아름답게 쓸 수 있도록 교육 | 2층 교육실8 |
| 10 | 소잉 클래스 | 12 | 수 13:00~15:00 | 총 8만원 (재료비별도) | 홈파션 기초와 일상생활에 필요한 생활용품 및 홈웨어 만들기 | 3층 교육실6 |
| 11 | 생활영어회화 | 15 | 목 10:00~12:00 | 총 8만원 | 실생활에 필요한 다양한 영어 회화 표현을 배우고 익혀 사용할 수 있게 하는 교육 | 3층 교육실5 |
| 12 | 패션클래스(초급) | 13 | 목 14:00~16:00 | 총 8만원 (재료비별도) | 여러 디자인이 다양한 원단 체험 및 본인 체형에 맞는 입고 싶은 옷 만들기 | 3층 교육실6 |
| 13 | 패션클래스(중급) | 13 | 화 14:00~16:00 | 총 8만원 (재료비별도) | 여러 디자인이 다양한 원단 체험 및 본인 체형에 맞는 입고 싶은 옷 만들기 | 3층 교육실6 |

문화복지 프로그램(건강·운동 강좌)

| 번호 | 과목명 | 정원 | 수업시간 | 수강료 | 강의내용 | 교육실 |
|----|------------------|----|---------------------|--------|---|---------|
| 1 | 주간 코어요가 | 25 | 화 10:00~12:00 | 총 8만원 | 스트레칭, 요가 동작을 통한 올바른 자세 유지 | 5층 다목적실 |
| 2 | 바른자세 체형관리 | 25 | 월 10:00~12:00 | 총 8만원 | 근육통증 완화 및 예방을 목적으로 하는 자세 교정 운동 | 5층 다목적실 |
| 3 | 모던댄스 | 20 | 금 14:00~16:00 | 총8만원 | 파트너와 함께 다양한 동작을 통해 건강 및 건전한 여가를 즐길 수 있는 신체활동 | 5층 다목적실 |
| 4 | 주간 몸펴기필라테스 | 25 | 수요일 13:30~15:30 | 총8만원 | 그룹 PT(인터벌 트레이닝), 스웻, 런지, 버피, 타바타 운동, 필라테스, 식단 일지와 인바디 체크로 효율적인 체형관리 | 1층 교육실1 |
| 5 | 캉구댄스 | 20 | 수 10:30~12:30 | 총8만원 | 캉구 슈즈를 이용해 부위별로 다이어트 동작, 균력운동 | 5층 다목적실 |
| 6 | SNPE바른자세 척추운동 | 25 | 수, 금 10:00~12:00 | 총 16만원 | SNPE 자세분석 앱을 활용해 자세측정 및 분석을 하고 벨트를 활용한 수렴운동으로 비른 자세를 교정하는 등 변위 및 고정된 척추에 도움 되는 운동 | 1층 교육실1 |
| 7 | 야간다이어트댄스 | 25 | 월, 수 19:00~21:00 | 총 16만원 | 쉽게 따라 할 수 있는 동작으로 자마있는 댄스를 통한 체형관리 | 1층 다목적실 |
| 8 | 코어다이어트댄스 | 20 | 화, 목 10:30~12:30 | 총 16만원 | 코어 단련 운동으로 근력배양에 도움이 되는 효과적인 운동 | 1층 교육실1 |
| 9 | 라인댄스 | 20 | 월, 수 10:00~12:00 | 총 16만원 | 4~5가지 동작을 사방으로 돌며 반복하여 추는 댄스 운동 | 1층 다목적실 |
| 10 | 퓨전밸리 | 20 | 월, 금 15:00~17:00 | 총 16만원 | 밸리 및 라인댄스 접목한 퓨전 밸리댄스로 몸의 균형과 기초근력 향상 | 1층 교육실1 |
| 11 | 야간 A 몸펴기 필라테스 | 25 | 월, 수 18:30~20:30 | 총 16만원 | 그룹 PT(인터벌 트레이닝), 스웻, 런지, 버피, 타바타 운동, 필라테스, 식단 일지와 인바디 체크로 효율적인 체형관리 | 1층 교육실1 |
| 12 | 야간 B 몸펴기 필라테스 | 25 | 화, 목 18:30~20:30 | 총 16만원 | 그룹 PT(인터벌 트레이닝), 스웻, 런지, 버피, 타바타 운동, 필라테스, 식단 일지와 인바디 체크로 효율적인 체형관리 | 1층 교육실1 |
| 13 | 야간 코어요가 A | 25 | 월, 수 19:00~21:00 | 총 16만원 | 스트레칭, 요가 동작을 통한 올바른 자세 유지 | 5층 다목적실 |
| 14 | 야간 코어요가 B | 25 | 화, 목 19:00~21:00 | 총 16만원 | 스트레칭, 요가 동작을 통한 올바른 자세 유지 | 5층 다목적실 |

청춘대학프로그램 (60세 이상)

| 번호 | 과목명 | 정원 | 수업시간 | 수강료 | 강의내용 | 교육실 |
|----|--------|----|------------------|-----|---------------------------------|---------|
| 1 | 한글 초급반 | 10 | 목 14:00~16:00 | 무료 | 한글 읽기, 쓰기 등 한글 교육 등 생활 문해 교육 | 3층 교육실5 |
| 2 | 한글 중급반 | 10 | 화 10:00~12:00 | | | 3층 교육실5 |
| 3 | 디지털 교실 | 15 | 화 14:00~16:00 | | 스마트폰, 키오스크 등 생활 속 디지털 문해 교육 | 3층 교육실4 |

노인여가문화교실 (60세 이상)

| 번호 | 과목명 | 정원 | 수업시간 | 수강료 | 강의내용 | 교육실 |
|----|----------|----|------------------|-----|----------------------|---------|
| 1 | 장구교실 | 15 | 월 10:00~12:00 | 3만원 | 장단에 따른 박자와 리듬감을 배운다. | 2층 핑크드림 |
| 2 | 몸펴기 필라테스 | 25 | 월 10:00~12:00 | | 몸펴기 도구를 이용한 운동 | 1층 교육실1 |
| 3 | 노래교실 | 40 | 월 10:00~12:00 | | 노래 반주에 맞춰 최신곡 배우기 | 3층 교육실4 |