

2026년 제1기 구암평생학습센터 프로그램

과정	강좌명	모집 인원	대상	교육일정		강의내용	강의실	
				요일	시간			
합계	71강좌	1,454						
청소년 (3)	청소년ITQ자격대비	16	10-15년생	토	09:30~12:00	일상의 활용능력 키우기 및 자격대비하기	정보화실 201	
	스포츠스태킹	16	10-18년생	토	09:30~11:10	청소년을 위한 손으로 하는 육상경기 스포츠 스태킹	지하 다목적실	
	초등요리교실	16	13-18년생	토	10:00~11:40	요리 속 과학, 세계요리 등 재미있는 요리 만들기	조리제빵실 401	
직업능력 향상 (6)	피부국가자격증&피부관리	16	일반	월·수	14:00~15:50	국가공인피부관리사 자격대비 및 아름답고 탄력 있는 피부를 유지.관리법 배우기	실습실 304	
	ITQ컴퓨터자격대비(야간)	20	일반	월·수	19:00~20:50	한글, 파워포인트, 엑셀과정의 자격취득 대비하기	정보화실 201	
	컴퓨터활용능력자격대비(야간)	20	일반	화·목	19:00~20:50	컴퓨터의 전반적 기능 활용법 익히기 및 자격취득 대비하기		
	커피바리스타자격대비	16	일반	월	09:30~12:20	바리스타 역량강화 및 SCA커피스킬프로그램 자격대비	실습실 304	
	동화구연지도사자격대비	20	일반	월	13:30~16:20	좋은 동화를 고르는 법과 동화구연법을 배우는 지도사 자격대비	배움실 301	
	스포츠스태킹지도사자격대비	20	일반	화	10:00~11:50	연령제한이 없는 두뇌발달 레저스포츠, 스포츠스태킹 지도사 자격대비		
문화 예술 (17)	바이올린초급	18	일반	월·목	10:00~11:50	바이올린 기초 배우기	지하 음악실	
	우쿨렐레초급	18	일반	월·수	13:30~15:20	하와이 전통악기 우쿨렐레를 통한 하모니 연주하기		
	플루트초급(야간)	18	일반	월·목	19:00~20:50	플루트의 활용법과 기초적인 악기연주하기		
	로맨틱클래식기타초급	18	일반	수·금	10:00~11:50	클래식 기타연주 및 노래반주를 통한 애창곡 연주하기		
	통기타초급	18	일반	월·수	16:00~17:50	기타연주 및 노래반주를 통한 연주법 익히기		
	추억의하모니카초급	20	일반	화·목	16:00~17:50	하모니카를 통한 폐활량 증대 및 연주법 익히기		
	오카리나초급	20	일반	화·목	13:30~15:20	기초부터 시작하는 오카리나 배우기	미술공예실 302	
	아코디언초급	18	일반	금	13:00~15:50	아코디언의 특징을 살려 반주와 멜로디의 조화로운 연주하기		
	손뜨개생활소품	16	일반	월	09:30~12:20	쉽고 재미있게 만드는 손뜨개 소품과 옷만들기		배움실 301
	수묵담채캘리그래피	16	일반	화	09:30~12:20	아름다운 감성의 손끝 먹글씨와 컬러발묵이 조화로운 캘리그래피		
	나만의명품가족작품만들기	16	일반	화	13:30~16:20	가족의 이해 및 실생활에 필요한 나만의 가족작품 만들기		
	에코페이퍼아트(야간)	18	일반	목	18:30~20:50	재생종이의 이해 및 도구사용법과 기법을 익혀 공예작품 만들기		배움실 301
	수채화	18	일반	수	09:30~12:20	수채화 기초부터 작품 완성까지(개인 수준별 맞춤 지도)		미술공예실 302
	데생&스케치	18	일반	수	13:30~16:20	서양화 기초이론 및 데생과 스케치 배우기		
	처음배우는어반스케치(야간)	18	일반	목	18:30~20:50	펜드로잉과 기초채색을 통한 내가 있는 일상의 풍경그리기		
	보태니컬아트	18	일반	목	09:30~12:20	색연필로 꽃과 식물을 그리면서 힐링하기		
	서예교실	16	일반	금	09:30~12:20	서예이론 및 한글, 한문쓰기		
건강 교육 (15)	전신근력운동	24	일반	월·수	10:00~11:50	머신 없이 자신의 체중을 이용한 근육단련, 힘을 키워주는 건강한 몸 만들기	지하 다목적실	
	전통무용우리춤	24	일반	화·목	10:00~11:50	우리 고유의 무용을 체조로 승화한 건강 체조 배우기		
	바른자세스트레칭	24	일반	월	13:30~15:20	생활 속 바른자세를 위한 스트레칭 배우기		
	건강체형교실	24	일반	화·목	13:30~15:20	코어, 유산소운동 병행으로 신체건강과 유연성, 근지구력 향상하기		
	직장인다이어트댄스(야간)	24	일반	화·목	19:00~20:50	근육과 관절을 유연하게 하는 댄스를 통한 아름다운 신체라인 만들기		
	내몸살리는필라테스	24	일반	수·금	13:30~15:20	누구나 쉽게 할 수 있는 통증예방운동 소마필라테스 배우기		
	댄스스포츠(라틴댄스)	24	일반	월·수	16:00~17:50	댄스스포츠를 통한 건강관리 및 관계형성하기(파소도블레, 룸바 작품)		
	행복충전힐링요가	24	일반	화·목	16:00~17:50	요가동작 및 호흡을 통한 심신수련하기		
	줌바댄스	24	일반	금	10:00~11:50	라틴음악을 바탕으로 한 댄스, 피트니스를 결합한 근력운동		

과정	강좌명	모집인원	대상	교육일정		강의내용	강의실
				요일	시간		
건강교육 (15)	아르헨티나탱고	24	일반	토	13:30~15:20	아르헨티나 탱고를 이해하고 표현하기	지하 다목적실
	라인댄스(아간)	24	일반	월·수	19:00~20:50	즐거운 음악에 맞춰 스텝을 익히며 균형감과 체력을 향상시키는 댄스운동	
	건강한손발마사지	16	일반	화	10:00~11:50	손발의 주요경락을 자극하여 피로풀기 및 에너지 충전하기	실습실 304
	이혈테라피	16	일반	수	10:00~11:50	건강을 위해 귀의 혈자리를 익히기	
	건강UP전신경락마사지	16	일반	목	14:00~15:50	경락이론 및 실기를 통한 전신 경락마사지 배우기	
	스포츠마사지	16	일반	금	14:00~15:50	근육 이완과 부상 예방 및 통증 완화를 위한 마사지 기법과 실습	
인문교양 (30)	영어회화초급	24	일반	월·수	14:00~15:50	쉬운 문장과 표현으로 시작하는 영어회화 익히기	배움실 202
	영화와함께하는생활영어(아간)	24	일반	화·목	19:00~20:50	영화 속 영어 표현을 익혀 상황에 맞는 생활영어 활용하기	
	생활일본어회화초급(아간)	24	일반	월·수	19:00~20:50	초급 일본어 표현을 다양한 매체를 통해 재미있게 익히기	
	생활중국어회화초급	24	일반	수·금	10:00~11:50	중국어 이해 및 문법, 회화 습득하기	배움실 301
	실전엑셀&파워포인트	20	일반	월·수	16:00~17:50	실생활에 필요한 엑셀과 파워포인트 익히기(컴퓨터기초 가능자)	정보화실 201
	컴퓨터기초	20	일반	수·금	10:00~11:50	컴퓨터기초 및 실생활 인터넷 활용, 한글문서 작성하기	
	스마트폰활용기초	20	일반	화·목	13:30~15:20	스마트폰 기초 및 생활속 유용한 SNS활용법 익히기	
	생성형AI기초&활용	20	일반	화·목	10:00~11:50	생성형AI를 이해하고 일상과 업무에 활용하기(chatgpt, 제미나이 등)	
	영상&유튜브제작	20	일반	금	13:30~16:20	나도 쉽게 유튜버 되는 방법 배우기	
	1인미디어제작기초	20	일반	월	09:30~12:20	나만의 콘텐츠를 기획, 제작하는 1인 미디어 제작하기	
	카페디저트마스터클래스	16	일반	수	09:30~12:20	카페창업 시 필요한 케이크와 디저트 등의 기술 습득하기	조리제빵실 401
	전통떡&한과	16	일반	금	09:30~12:20	전통 떡 및 한과 만들기	
	소문난맛집빵만들기	16	일반	월	14:00~16:50	맛 집은 뭐가 다를까! 비결 배우기	
	브런치카페	16	일반	목	09:30~12:20	눈과 입으로 즐기는 나만의 특별한 홈메이드 브런치	
	뚝딱집밥요리만들기	16	일반	금	14:00~16:50	천연재료를 사용하여 원재료의 맛을 제대로 살리는 건강요리	
	가정식일품요리(아간)	16	일반	화	18:30~20:50	재철재료로 쉽게 만드는 일품요리 만들기	
	재봉틀기초와생활홈패션	18	일반	화	09:30~12:20	재봉틀을 활용한 실생활에 필요한 다양한 소품만들기	홈패션실 303
	리폼&수선	18	일반	목	09:30~12:20	의복구성의 원리이해 및 실용&창의적인 의류 리폼 및 수선	
	의류패턴&메이킹	18	일반	수	13:30~16:20	치수를 측정하여 디자인을 하고 패턴제작 후 옷 만들기	
	처음배우는셀프옷수선(아간)	18	일반	화	18:30~20:50	기초 바느질과 재봉틀 사용법부터 기존 옷 리폼하기	
	재봉틀과고운한땀한복	18	일반	금	09:30~12:20	전통한복의 아름다움과 실용적인 생활한복을 함께 배우는 한복 제작 과정(재봉틀 활용)	
	우리가족헤어	16	일반	목	09:30~12:20	미용기초를 익혀 우리 가족 헤어를 내손으로 완성해보기	
	노래교실	50	일반	수·금	10:00~11:50	건전가요를 통한 일상의 활력제고	4층 대강당
	나를사랑하는글쓰기	24	일반	화	14:00~15:50	문종별 글쓰기 방법·기능을 익혀 자신의 생각, 감정 표현하기	배움실 301
	영화와문화로만나는세계사	40	일반	월	09:30~12:20	쉽고 재미있게 배우는 예술의 세계사	4층 대강당
	세계테마여행	24	일반	목	14:00~15:50	눈으로 떠나는 세계 여러 국가의 테마별 여행	배움실 301
	주식투자자와재테크	20	일반	수	13:30~15:20	올바른 주식투자원칙과 자산 배분, 투자관 확립 등 재테크 방법	정보화실 201
	행복주치의의약초이야기	24	일반	목	10:00~11:50	산야초 제대로 알기 및 활용을 통한 나를 위한 건강관리	배움실 301
	해설이있는영화감상	40	일반	금	13:30~16:20	해설이 있는 영화감상, 영화를 통한 다른 나라 문화와 역사 읽기	4층 대강당
	부동산과세금	24	일반	토	10:00~11:50	부동산 이론, 절세전략 등을 익힌 후 실전 투자와 경매 입찰 역량 기르기	배움실 202

* 기관 상황에 따라 변경가능
 * 재료비 별도, 홈페이지 수강신청 시 확인하세요
 * 엘리베이터는 지상1층부터 4층까지만 운행됩니다. 수강신청 시 참고하시기 바랍니다.