

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Mise en disponibilité</b> | 1 Posture : Poids du corps, Equilibre, Ressenti Plante et talon, Tête...<br>2 Ecoute Musique : Rythme, Compte, Départ, Phrasé, Durée des appuis...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Niveau 1</b>              | <b>Salsa6</b><br><a href="#">Salsa N1-2</a> : 2 dile que si, Enchuffe, Dile que No, 1 dile que si Enchuffe Doble, Dile que No, Dile que Si ouvert, Vacila, Dile Que No<br><b>Paso 6</b><br><a href="#">Paso N1-1</a> : Base 2-6, Base 4-4, Tour à Droite, Séparation, Séparation Tournée, Sixteen fermé<br><a href="#">Paso N2-1</a> : Base, Promenade Tournée à Droite, Sixteen Lâché, Promenades TàD enchainées                                                                                                   |
| <b>Niveau 2</b>              | <b>Rock 7</b><br><a href="#">Routine</a> : Départ, Séparation, Traversée sous le Bras, Breack, Traversée à la taille (Chgt de main), Prise en taille, <del>Sortie à 2 mains</del> , Tour Solo, Reprise.(travail sur plusieurs séances)<br><b>Tango 7</b><br><a href="#">Tango N1-3</a> : Base, 4 1/4 TàD, Marches Progressives (Pour rappel)<br><a href="#">Tango N1-5</a> : Base, Petit TàG, Base finie LD, TàG Emboité (Basique), 4 1/4 TàD                                                                       |
| <b>Niveau 3</b>              | <b>Quick Step 1 :</b><br><a href="#">Var 1</a> : Base, 2 Lock Steps, Natural Spin<br><a href="#">Var 2</a> : Base, Chasses Polka<br><a href="#">Var 3</a> : Base, Natural Turn Hésitation, Tour à G Chasse, Chassé Progressif<br><b>Chacha 4</b> <a href="#">Routine 1 Partie 1</a><br>Technique Rév : Base, TàG, Papillon (NYork & Hand to Hand), Spot Turn, Poursuite, Cross Body,<br><a href="#">Open Hip Twist</a> , <a href="#">Fan Hockey Stick</a> , <a href="#">Alemana</a> , <a href="#">Turkish Towel</a> |
| <b>Niveau 4</b>              | <b>Valse Viennoise</b><br><a href="#">Choré Vidéo</a> <a href="#">Doc écrit choré Sérénade</a> <a href="#">Musique Sérénade</a><br><b>Tango Objection</b><br><a href="#">Choré vidéo</a> <a href="#">Doc écrit Objection</a> <a href="#">Musique Objection</a><br><b>Rock à 4</b> <a href="#">la vidéo</a> (Dernier quart d'heure)                                                                                                                                                                                  |
| <b>Musiques</b>              | <a href="#">Rocks Progressifs de 33 à 43 mpm</a> , <a href="#">Chacha lent 26 mpm</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Observation</b>           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |