

Mise en disponibilité	1 Posture : Poids du corps, Equilibre, Ressenti Plante et talon, Tête... 2 Ecoute Musique : Rythme, Compte, Départ, Phrasé, Durée des appuis...
Niveau 1	<p>Tango 10 Base, 1/4TàG, Marche Progress, 1/4TàD, Tango N1-5 : , 1/2 Base et 1/4 TàG, TàG Basique , 4 1/4 TàG, Base, Petit TàG (4 Habaneras 1/4 TàG), Base, 2 1/2TàD</p> <p>Rock 10 Rock N1-1 : Départ (3&4 5&6), Séparation (*), Reprise (*), Séparation, Traversée Taille, Traversée S/Bras, Reprise, Séparation Chgt Main, Tour solo, Reprise Rock N1-2 : 1 - Séparation, Dans le Bras, Tour Solo, Reprise, 2 - Séparation Prise à 2 mains, Yoyo, Traversée lâchée, Traversée Sous Bras, Reprise 3 - Séparation Prise MD-MD, Daisy, Sortie Sous Bras, Tour Solo, Reprise</p>
Niveau 2	<p>Rock 9 Routine : Départ, Séparation, Traversée sous le Bras, Breack, Traversée à la taille (Chgt de main), Prise en taille, Sortie à 2mains, Tour Solo, Reprise. Daisy ?</p> <p>Tango 9 Tango N2-1 : Base, TàD par 1/2T, Base, TàG Déboîté</p>
Niveau 3	<p>Rumba 5 : Open Hip Twist Spiral, Promenade Fallaway, Cuban Rock + 1/2T, Spot Turn, Cucaracha Lâché x 2, TàG, TàD, Opening Out Sortie Spiral, Open Hip Twist Fan, Hockey Stick,</p> <p>Tango 9: Tango N2-4 : Base, Liaison, Prom Hésit, Sortie pivotée, 1/4 TàG, TàG Déb Ocho, Chasse progressif, Valentino sur Base, Sortie Pivotée, 1/2 Base 1/4 TàG, Reverse Pivot Valentino</p>
Niveau 4	<p>Valse Viennoise Choré Vidéo Doc écrit choré Sérénade Musique Sérénade</p> <p>Tango Objection Choré vidéo Doc écrit Objection Musique Objection</p> <p>Rock à 4 la vidéo ! Nouveau ! La musique</p>
Musiques	Rocks Progressifs de 33 à 43 mpm , Chacha lent 26 mpm
Observation	