Danses de société

Appelées aussi, Danses à deux, Danses de couples, Danses de bal…

**Descriptif général du sport**

Niveau 1 ; travail fondamental des appuis, des orientations, de guidage, du cadre formé par le duo dansant, de la musique, ses rythmes, ses styles.

Pas de base de la valse lente, du paso doble, du cha cha, de la rumba, du tango et du rock à 6 temps.

Niveau 2 : révision des fondamentaux, apprentissage systématique des deux rôles (guider et être guidé) surtout pour les filles, nouvelles figures et nouvelles danses : quick step, samba, tango argentin, charleston…

**Niveau du cours**

Deux niveaux sont proposés ; il s’agit de se sentir à l’aise dans le niveau choisi.

Pour ceux et celles qui s’inscrivent en niveau 2, le niveau 1 vous est toujours ouvert afin de conforter les acquis, de les consolider et de les enrichir d’un temps de pratique supplémentaire avec des danseurs et danseuses de niveaux différents.

**Objectifs/Contenu**

Appropriation des fondamentaux des danses à deux à travers des techniques, des histoires et des cultures différentes dans la relation à la musique et à l’autre (voire aux autres lors de démonstrations, chorégraphies, participations à des manifestations sur scènes et/ou piste de danse).

D’autres danses issues du folklore français et étranger sont proposées en échauffement et pendant les cours.

Travail d’improvisation et de création.

**Tenue/Matériel**

Tenue de danse ou vêtements de sport amples.

Chaussures strictement réservées à un usage intérieur. Les semelles ne doivent pas marquer au sol en cas de frottement.

Affaires de rechange.

Bouteille d’eau.

**Observation**

L’inscription avec partenaire n’est absolument pas obligatoire mais les garçons sont particulièrement attendus et bienvenus. Ils sont malheureusement trop peu présents dans les cours. Messieurs, osez entrer dans la danse !