

## Programme journalier des cours - Laguiole 2025

MATIN	STÉPHANE	CÉLINE	SOPHIA & OSCAR	SOPHIE	MARIE-FRANCE ou JONAT.
Échauffement musculaire avec Stéphane (ouvert à tous)					
de 9h15 à 10h15	SLOW FOX TROT	ROCK'N'ROLL 3	SALSA CUBAINE 1 KIZOMBA 1	INITIATION CHA CHA CHA	CHA CHA CHA 2 - M-F
de 10h30 à 11h30	INITIATION PASO DOBLE /RUMBA	QUICK STEP 1	SALSA CUBAINE 2	QUICK STEP 3	RUMBA 2 - Jon
de 11h45 à 12h45	QUICK STEP 2	VALESE LENTE 1	BACHATA 2	VALESE VIENNOISE	INITIATION TANGO - Jon
APRÈS-MIDI					
de 14h45 à 15h45	VALESE LENTE 3	TANGO 2	INITIATION SALSA / BACHATA	ROCK'N'ROLL 1	WEST COAST SWING 2 Jon
de 16h00 à 17h00	SAMBA 1	CHA CHA CHA 3	KIZOMBA 2	SAMBA 2	INITIATION QUICK STEP - M-F
de 17h15 à 18h15	TANGO 3	INITIATION ROCK	SON CUBAIN	VALESE LENTE 2	ROCK'N'ROLL 2 - M-F
Étirements avec Stéphane (ouvert à tous)					

	Cours INITIATION = pour débutants ; découverte de la danse
	Niveau 1 = maîtrise du pas de base avec quelques figures simples
	Niveau 2 = au moins 2 ans d'expérience (cours) et pratiques régulières
	Niveau 3 = 3 ans & + d'expérience - pratiques régulières et maîtrise de figures plus complexes (ou qui ont déjà fait plusieurs fois le niveau 2)
	S'adresse à des danseurs et danseuses expérimentés