

Cercle à 2 personnes en vis à vis

- ☐ Knee up G répétition x3 (variation lunge over)
- ☐ V step G (sol) – tape talon G et D – recule AR
- ☐ Contourne pied G à Droite et marche / talon fesse D
- ☐ Talon fesse G / Basic G chassay side

Recommence pavé pied G

- ☐ Kick alterné D - G
- ☐ Basic D / tape cuisses / tape main D/ tape cuisses / tape main G / redescendre D/G
- ☐ Kick G / contourne step pied G par la D
- ☐ 2 tchatcha au sol / + 2 Chassay (G-D) déplacement vers D change de 1 step extérieur / 2 intérieur

Reprendre avec pied G sur nouveau step et nouveau partenaire

STEP EN SOLO

Enchaînement de step

- ☐ Knee up G x3 (variation switch over)
- ☐ Box G / reverse G over the top (passe à l'avant)
- ☐ Contourne le step x4 / tcha tcha angle
- ☐ L step (kick punch) IDEM GAUCHE

- ☐ Marche côté G pied D x3 / knee up G / idem retour arrière
- ☐ Mambo up & over & retour arrière
- ☐ Kick G x3
- ☐ Holala !! (lunge arrière croisé/ passe avant et retour arrière step)
IDEM GAUCHE

- ☐ Knee up G à G/ step up G- lunge D-croisé avant / décroisé (termine à 8 en Ht)
- ☐ Descend G-D/ Knee up D x2 à D
- ☐ Over TT & turn D complet
- ☐ V step for 3 knee up G/D/G
IDEM GAUCHE

LATINO @2 (en cercle)

- ☐ Mambo D x2 termine tcha tcha (tape main D)
- ☐ Mambo G x2 termine tcha tcha (tape main G)
- ☐ Lunge side G / over the top (traverse largeur)
- ☐ Lunge side D / over the top (retour à sa place)

- ☐ Tape mains sur cuisses (1) les 2 face (2) main D (3) main G (4)
chassay vers la G pied D puis pied G (change de step et de partenaire !)
- ☐ Reprendre tape mains avec le nouveau partenaire et chassay... changement de partenaire !
- ☐ Tcha tcha angle x2
- ☐ Leg curl simple G et D

Reprendre à partir du mambo avec le 3^{ém} partenaire.... etc...

Démarche pédagogique utilisée avant de structurer l'enchaînement = travailler à l'aide des pas de base sur les variations dans l'espace et l'évolution des pas de base...

Amener au fur et à mesure des consignes perturbatrices comme changer les points cardinaux de départ, mettre en 2 groupes en vis à vis...