



INFORMATIONS



MULHOUSE UP19

(Salle 02)



Début le jeudi 10 septembre 2026



DURÉE : 01:00

Prix : **136.00 €**

PROFILS : Formateur & danseur

PRE REQUIS :

Aucun – Ouvert aux débutants

Pour garantir la qualité du cours, un minimum de 3 couples (6 personnes) est requis. Le groupe sera limité à 8 couples (16 personnes).

L'équilibre entre danseuses et danseurs sera assuré via une liste d'attente si besoin.

MATERIEL :

Tenue confortable, chaussures souples ou chaussettes.
Une bouteille d'eau.

CODE ACTIVITÉ : 11MA748

DESCRIPTION

Dans une ambiance conviviale, vous découvrirez les bases de la salsa cubaine en couple et de la rueda. Les séances aborderont :

- L'écoute musicale et les pas fondamentaux
- La posture, la connexion et les premiers enchaînements
- Des exercices ludiques en groupe
- Des temps de pratique guidée pour intégrer les acquis

Danse de couple circulaire et festive, la salsa cubaine (casino) met l'accent sur l'improvisation, l'interaction et la convivialité. Ce cours est destiné aux débutants ou à toute personne souhaitant consolider ses bases.



OBJECTIFS

À l'issue de la formation, l'auditeur·trice sera capable de :

- Danser la salsa cubaine en couple avec les pas de base et premières figures
- Se repérer dans le rythme et la structure musicale
- Guider ou suivre avec clarté et respect du partenaire

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Jeudi	10-09-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	17-09-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	24-09-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	01-10-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	08-10-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	15-10-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	22-10-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	29-10-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	26-11-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	03-12-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	10-12-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	17-12-2026	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	07-01-2027	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	14-01-2027	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	28-01-2027	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	04-02-2027	20:30	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE