

**FICHES DESCRIPTIVE de COURS**

Titre	<b>DANSE LATINES ET INTRODUCTION AU TANGO ARGENTIN</b>
Descriptif	➤ Dans ce cours de danse latine et d'introduction au tango argentin, je découvre de nouveaux styles de danse, améliore ma confiance en moi, maîtrise mon corps et apprends à danser avec respect pour l'espace et les autres.
Public-cible	Personnes au bénéfice d'une rente AI
Prérequis	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Être au bénéfice d'une rente AI</li> <li>➤ Motivé à se former</li> <li>➤ Autonome dans les actes de la vie quotidienne</li> </ul>
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Apprendre les différentes techniques et styles de danse latine (salsa, bachata, merengue, etc.)</li> <li>➤ Découvrir le tango argentin et ses particularités techniques et culturelles</li> <li>➤ Développer la confiance en soi à travers la danse</li> <li>➤ Améliorer la maîtrise de son corps et de ses mouvements</li> <li>➤ Apprendre à danser en couple et à interagir avec un partenaire</li> <li>➤ Développer son sens du rythme et de la musicalité</li> <li>➤ Travailler la coordination, la souplesse et la grâce dans les mouvements</li> <li>➤ Comprendre les règles de base de la danse en termes d'espace et de respect de l'autre</li> <li>➤ Préparer une performance pour un événement ou une représentation.</li> </ul>
Moyens et méthodes	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Apprentissage des pas de danse de base, des enchaînements et des chorégraphies</li> <li>➤ Utilisation de la musique pour la danse et la coordination des mouvements</li> <li>➤ Exercices d'échauffement et d'étirement pour préparer le corps à la danse</li> <li>➤ Utilisation de miroirs pour améliorer la technique et la posture</li> <li>➤ Travail en couple pour apprendre à guider et à suivre</li> <li>➤ Feedback de l'instructeur et des autres élèves pour améliorer la technique et la performance</li> <li>➤ Apprentissage des différentes danses latines, telles que la salsa, le cha-cha-cha, le merengue, le rumba, la samba, entre autres, ainsi que l'introduction au tango argentin.</li> </ul>
Encadrement	Catherine Wannier et Pedro Soto
Lieu d'exécution du cours	Espace Diamono, Rue des Moraines 4 bis, 1227 Carouge
Durée	39 sessions de 1.5 heure
Horaires	Mardis de 16h30 à 18h00 du 19 août 2025 au 23 juin 2026

Capacité d'accueil	20 places
Tarif	Prix personnes AI : 350 CHF
L'association	<p>Actifs est une association qui accompagne des personnes en situation de déficience intellectuelle légère, autisme ou avec un syndrome d'Asperger.</p> <p>Sa mission consiste à soutenir les personnes dans la réalisation de leur projet d'autonomisation et d'intégration dans la société.</p> <p>Ses actions se concrétisent par :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ du conseil</li><li>➤ du coaching</li><li>➤ de la formation</li></ul>
Responsable de la formation	<p>Shannon BLYTHE Responsable administrative et RH 022 343 20 27 <a href="mailto:secretariat@actifs-ge.ch">secretariat@actifs-ge.ch</a></p>