

# COURS DE DANSE LATINE

## BACHATA & SALSA.

La danse est une merveilleuse activité mentale, physique, sportive, ludique, de loisir et de détente. Une activité qui nécessite un entraînement régulier pour mieux profiter de ces bénéfices.

La **SALSA** et la **BACHATA** sont deux danses sociales où la dimension sociale prime sur les performances individuelles.

Une activité à pratiquer seul (e), en couple ou en famille sans limite d'âge.

La **salsa** est une danse latine associée au genre musical du même nom qui a été popularisé pour la première fois aux États-Unis dans les années 1960 à New York. La salsa est un amalgame de danses cubaines telles que le mambo, le pachanga et la rumba ainsi que des danses américaines telles que le swing et le claquette.



### Bachata Sensuelle



La Bachata Sensuelle est une forme de danse indépendante avec des principes stricts de direction et de suivi. La danse est une interprétation de la musique avec principalement des mouvements plutôt arrondis et des ondulations du corps. Cependant, lorsque la musique a des tempos plus accentués, la danse utilise cependant des isolations du corps et des renversées.

Pour les débutants, on commence généralement par des techniques de la **bachata traditionnelle**, **bachata moderne**, **bachata fusion**, avant de tenter progressivement les mouvements de bachata sensuelle.

### **Bachata sensuelle, moderne, dominicaine : quelles différences**

Vous n'êtes pas obligé de choisir. D'ailleurs, les trois styles sont complémentaires. Dans une seule musique, un bon danseur saura utiliser la sensuelle pour les introductions par exemple, la dominicaine sur les riffs de guitare et la moderne pour les

enchaînements.

C'est un peu comme les relations humaines, les affinités viennent avec le temps (et la pratique).

Dans tous les cas, s'initier et pratiquer la bachata est une véritable expérience et peut rendre complètement accroc. Très vite, des liens se créent. Vous devez vous en douter, partager des danses aussi torrides, ça rapproche. Et ce n'est pas une, mais des centaines de rencontres que l'on fait !



En Belgique , France et un peu partout en Europe, il y a une grande communauté de latino animée par une passion commune : **la bachata, la salsa** et encore **la kizomba**. Tous les jours, des soirées « SBK » ont lieu un peu partout dans la ville pour pratiquer.

Débutants comme professionnels s'y retrouvent. Ambiance et convivialité assurée !

De même pratiquement chaque mois il y a un festival de danse quelque part en Europe, de quoi booster encore plus sa passion.