



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
Pre-agonisti 1
1° livello 5 anni età minima

Obiettivi del primo livello pre-agonisti 1

- Conoscenza della tecnica di base.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
Pre-agonisti 1
2° livello 6 anni età minima

Obiettivi del secondo livello pre-agonisti 1

- Conoscenza della tecnica di base.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement
 - Progressive basic movement
 - Samba whisks a sx
 - Samba whisks a dx
 - Shadow botafogo
 - Traveling voltas a dx
 - Traveling voltas a sx
- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
Pre-agonisti 1
3° livello 7 anni età minima

Obiettivi del terzo livello pre-agonisti 1

- Conoscenza della tecnica di base.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Cha Cha Cha lock forward pd e ps
 - Cha Cha Cha lock backward pd e ps
 - Open basic
 - Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement
 - Progressive basic movement
 - Samba whisks a sx
 - Samba whisks a dx
 - Shadow botafogo
 - Traveling voltas a dx
 - Traveling voltas a sx



- Side samba walk
- Stationary samba walk
- Promenade samba walk
- Jive
 - Jive chasse a sx e dx
 - Basic in place
 - Basic in fallaway
 - Change of place da dx a sx
 - Change of place da sx a dx
- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
Pre-agonisti 2
1° livello 8 anni età minima

Obiettivi del primo livello pre-agonisti 2

- Conoscenza della tecnica di base, cura nell'esecuzione dei movimenti e corretta interpretazione del ritmo musicale.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Cha Cha Cha lock forward pd e ps
 - Cha Cha Cha lock backward pd e ps
 - Open basic
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
 - Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement
 - Progressive basic movement



- Samba whisks a sx
- Samba whisks a dx
- Shadow botafogo
- Traveling voltas a dx
- Traveling voltas a sx
- Side samba walk
- Stationary samba walk
- Promenade samba walk
- Jive
 - Jive chasse a sx e dx
 - Basic in place
 - Basic in fallaway
 - Change of place da dx a sx
 - Change of place da sx a dx
 - Link
 - Change of hands behind back
 - Whip
- Rumba
 - Basic movement
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto
- Dimostrazione, per ogni singolo ballo, coreografia con figure obbligatorie
 - Durata minima 45 secondi



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
Pre-agonisti 2
2° livello 9 anni età minima

Obiettivi del secondo livello pre-agonisti 2

- Conoscenza della tecnica di base, cura nell'esecuzione dei movimenti e corretta interpretazione del ritmo musicale.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Cha Cha Cha lock forward pd e ps
 - Cha Cha Cha lock backward pd e ps
 - Open basic
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement



- Progressive basic movement
- Samba whisks a sx
- Samba whisks a dx
- Shadow botafogo
- Traveling voltas a dx
- Traveling voltas a sx
- Side samba walk
- Stationary samba walk
- Promenade samba walk
 - Tecnica di base
 - Samba bounce action
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Jive
 - Jive chasse a sx e dx
 - Basic in place
 - Basic in fallaway
 - Change of place da dx a sx
 - Change of place da sx a dx
 - Link
 - Change of hands behind back
 - Whip
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
- Rumba
 - Basic movement
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Hand to hand
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Cucarachas



- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto

- Dimostrazione, per ogni singolo ballo, coreografia con figure obbligatorie
 - Durata minima 45 secondi



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
1° corso – 10 anni età minima

Obiettivi del primo corso

- Conoscenza della terminologia tecnica di base
- Conoscenza della tecnica di base e corretta esecuzione di movimenti e legazioni descritte nel programma, capacità di utilizzare lo spazio in modo appropriato, controllo della postura, cura nell'esecuzione dei movimenti e corretta interpretazione del ritmo musicale.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Cha Cha Cha lock forward pd e ps
 - Cha Cha Cha lock backward pd e ps
 - Open basic
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti



- Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement
 - Progressive basic movement
 - Samba whisks a sx
 - Samba whisks a dx
 - Shadow botafogo
 - Traveling voltas a dx
 - Traveling voltas a sx
 - Side samba walk
 - Stationary samba walk
 - Promenade samba walk
 - Corta jaca
 - Reverse turn
 - Natural roll
 - Tecnica di base
 - Samba bounce action
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Jive
 - Jive chasse a sx e dx
 - Basic in place
 - Basic in fallaway
 - Change of place da dx a sx
 - Change of place da sx a dx
 - Link
 - Change of hands behind back
 - Whip
 - American spin
 - Fallaway throwaway
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti



- Rumba
 - Basic movement
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Hand to hand
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
 - Cucarachas
- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto
- Dimostrazione, per ogni singolo ballo, coreografia con figure obbligatorie
 - Durata minima 1 minuto
- Terminologia
 - Dispensa cocoscenze e concetti generali:
 - Glossario
 - Tecnica
 - Pista
 - Linea di danza



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
2° corso – 11 anni età minima

Obiettivi del secondo corso

- Conoscenza della terminologia tecnica di base
- Conoscenza della tecnica di base e corretta esecuzione di movimenti e legazioni descritte nel programma, capacità di utilizzare lo spazio in modo appropriato, controllo della postura, cura nell'esecuzione dei movimenti e corretta interpretazione del ritmo musicale.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Cha Cha Cha lock forward pd e ps
 - Cha Cha Cha lock backward pd e ps
 - Open basic
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Tecnica di base
 - Ritmo guapacha
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti



- Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement
 - Progressive basic movement
 - Samba whisks a sx
 - Samba whisks a dx
 - Shadow botafogo
 - Traveling voltas a dx
 - Traveling voltas a sx
 - Side samba walk
 - Stationary samba walk
 - Promenade samba walk
 - Corta jaca
 - Reverse turn
 - Natural roll
 - Tecnica di base
 - Samba bounce action
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Jive
 - Jive chasse a sx e dx
 - Basic in place
 - Basic in fallaway
 - Change of place da dx a sx
 - Change of place da sx a dx
 - Link
 - Change of hands behind back
 - Whip
 - American spin
 - Fallaway throwaway
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti



- Rumba
 - Basic movement
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Hand to hand
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
 - Cucarachas
- Paso doble
 - Basic movement
 - Sur place
 - Chasse a dx
 - Chasse a sx
 - Huit
 - Attack
 - Separation
 - Sixteen
 - Twist turn
 - Promenade
 - Promenade e counter promenade
 - Promenade close
 - La passe
 - Banderillas
 - Syncopated separation
 - Fallaway whisk
 - Fallaway reverse
 - Spanish line



- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto

- Dimostrazione, per ogni singolo ballo, coreografia con figure obbligatorie
 - Durata minima 1 minuto

- Terminologia
 - Dispensa conoscenze e concetti generali:
 - Glossario
 - Tecnica
 - Pista
 - Linea di danza
 - Direzione
 - Allineamento
 - Posizionamento
 - Passo
 - Postura



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
3° corso – 12 anni età minima

Obiettivi del terzo corso

- Conoscenza della terminologia tecnica di base
- Conoscenza della tecnica di base e corretta esecuzione di movimenti e legazioni descritte nel programma, capacità di utilizzare lo spazio in modo appropriato, controllo della postura, cura nell'esecuzione dei movimenti e corretta interpretazione del ritmo musicale.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Cha Cha Cha lock forward pd e ps
 - Cha Cha Cha lock backward pd e ps
 - Open basic
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Tecnica di base
 - Ritmo guapacha
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti



- Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement
 - Progressive basic movement
 - Samba whisks a sx
 - Samba whisks a dx
 - Shadow botafogo
 - Traveling voltas a dx
 - Traveling voltas a sx
 - Side samba walk
 - Stationary samba walk
 - Promenade samba walk
 - Corta jaca
 - Reverse turn
 - Natural roll
 - Tecnica di base
 - Samba bounce action
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Jive
 - Jive chasse a sx e dx
 - Basic in place
 - Basic in fallaway
 - Change of place da dx a sx
 - Change of place da sx a dx
 - Link
 - Change of hands behind back
 - Whip
 - American spin
 - Fallaway throwaway
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti



- Rumba
 - Basic movement
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Hand to hand
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
 - Cucarachas
- Paso doble
 - Basic movement
 - Sur place
 - Chasse a dx
 - Chasse a sx
 - Huit
 - Attack
 - Separation
 - Sixteen
 - Twist turn
 - Promenade
 - Promenade e counter promenade
 - Promenade close
 - La passe
 - Banderillas
 - Syncopated separation
 - Fallaway whisk
 - Fallaway reverse
 - Spanish line



- Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti

- Azioni di tecnica generale
 - Latin cross
 - Checked forward walk
 - Delayed walks
 - Forward walk turning
 - Portamento
 - Posizioni delle braccia
 - Prese delle mani
 - Posizioni basilari

- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto

- Dimostrazione, per ogni singolo ballo, coreografia con figure obbligatorie
 - Durata minima 1 minuto

- Terminologia
 - Dispensa cocoscenze e concetti generali:
 - Glossario
 - Tecnica
 - Pista
 - Linea di danza
 - Direzione
 - Allineamento
 - Posizionamento
 - Passo
 - Postura
 - Centro
 - Parete
 - Azione
 - Movimento



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
4° corso – 13 anni età minima

Obiettivi del quarto corso

- Maggiore abilità nell'esecuzione attraverso la conoscenza di un numero superiore di passi e legazioni.
- Maggior durata e complessità delle esecuzioni. Più estesa conoscenza della terminologia.
- I candidati affrontano gli esercizi con maggior disinvoltura e padronanza della tecnica. Usano l'espressione per mettere in risalto il movimento e affrontano esercizi e coreografie di maggior durata e difficoltà di esecuzione.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Cha Cha Cha lock forward pd e ps
 - Cha Cha Cha lock backward pd e ps
 - Open basic
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Rondè chasse
 - Hip twist chasse
 - Time step



- Shoulder to shoulder
- Hand to hand
- Natural top
 - Tecnica di base
 - Ritmo guapacha
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement
 - Progressive basic movement
 - Samba whisks a sx
 - Samba whisks a dx
 - Shadow botafogo
 - Traveling voltas a dx
 - Traveling voltas a sx
 - Side samba walk
 - Stationary samba walk
 - Promenade samba walk
 - Corta jaca
 - Reverse turn
 - Natural roll
 - Close rocks sul pd e sul ps
 - Traveling botafogo
 - Open rocks a dx e sx
 - Promenade botafogos
 - Backward rocks sul pd e ps
 - Tecnica di base
 - Samba bounce action
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Jive
 - Jive chasse a sx e dx
 - Basic in place



- Basic in fallaway
- Change of place da dx a sx
- Change of place da sx a dx
- Link
- Change of hands behind back
- Whip
- American spin
- Fallaway throwaway
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Rumba
 - Basic movement
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Hand to hand
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
 - Cucarachas
- Paso doble
 - Basic movement
 - Sur place
 - Chasse a dx
 - Chasse a sx
 - Huit
 - Attack
 - Separation



- Sixteen
- Twist turn
- Promenade
- Promenade e counter promenade
- Promenade close
- La passe
- Banderillas
- Syncopated separation
- Fallaway whisk
- Fallaway reverse
- Spanish line
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Azioni di tecnica generale
 - Latin cross
 - Checked forward walk
 - Delayed walks
 - Forward walk turning
 - Portamento
 - Posizioni delle braccia
 - Prese delle mani
 - Posizioni basilari
- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto
- Dimostrazione, per ogni singolo ballo, coreografia con figure obbligatorie
 - Durata minima 1 minuto



- Terminologia
 - Dispensa cocoscenze e concetti generali:
 - Glossario
 - Tecnica
 - Pista
 - Linea di danza
 - Direzione
 - Allineamento
 - Posizionamento
 - Passo
 - Postura
 - Centro
 - Parete
 - Azione
 - Movimento
 - Giro
 - Lavoro del piede
 - Puntare
 - Spostamento
- Scrivere e cantare stringa musicale della coreografia con figure obbligatorie



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
5° corso – 14 anni età minima

Obiettivi del quinto corso

- Maggiore abilità nell'esecuzione attraverso la conoscenza di un numero superiore di passi e legazioni.
- Maggior durata e complessità delle esecuzioni. Più estesa conoscenza della terminologia.
- I candidati affrontano gli esercizi con maggior disinvoltura e padronanza della tecnica. Usano l'espressione per mettere in risalto il movimento e affrontano esercizi e coreografie di maggior durata e difficoltà di esecuzione.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Cha Cha Cha lock forward pd e ps
 - Cha Cha Cha lock backward pd e ps
 - Open basic
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Rondè chasse
 - Hip twist chasse
 - Time step



- Shoulder to shoulder
- Hand to hand
- Natural top
- Close hip twist
- Open hip twist
- Cross basic
 - Tecnica di base
 - Ritmo guapacha
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement
 - Progressive basic movement
 - Samba whisks a sx
 - Samba whisks a dx
 - Shadow botafogo
 - Traveling voltas a dx
 - Traveling voltas a sx
 - Side samba walk
 - Stationary samba walk
 - Promenade samba wolk
 - Corta jaca
 - Reverse turn
 - Natural roll
 - Close rocks sul pd e sul ps
 - Traveling botafogo
 - Open rocks a dx e sx
 - Promenade botafogos
 - Backward rocks sul pd e ps
 - Plat
 - Continuos voltas spot turn a sx
 - Continuos voltas spot turn a dx



- Tecnica di base
 - Samba bounce action
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Jive
 - Jive chasse a sx e dx
 - Basic in place
 - Basic in fallaway
 - Change of place da dx a sx
 - Change of place da sx a dx
 - Link
 - Change of hands behind back
 - Whip
 - American spin
 - Fallaway throwaway
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Rumba
 - Basic movement
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Hand to hand
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Natural top
 - Close hip twist
 - Open hip twist
 - Reverse top
 - Spiral
 - Curl



- Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
 - Cucarachas
- Paso doble
 - Basic movement
 - Sur place
 - Chasse a dx
 - Chasse a sx
 - Huit
 - Attack
 - Separation
 - Sixteen
 - Twist turn
 - Promenade
 - Promenade e counter promenade
 - Promenade close
 - La passe
 - Banderillas
 - Syncopated separation
 - Fallaway whisk
 - Fallaway reverse
 - Spanish line
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Azioni di tecnica generale
 - Latin cross
 - Checked forward walk
 - Delayed walks
 - Forward walk turning
 - Portamento
 - Posizioni delle braccia



- Prese delle mani
- Posizioni basilari

- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto

- Dimostrazione, per ogni singolo ballo, coreografia con figure obbligatorie
 - Durata minima 1 minuto

- Terminologia
 - Dispensa cocoscenze e concetti generali:
 - Glossario
 - Tecnica
 - Pista
 - Linea di danza
 - Direzione
 - Allineamento
 - Posizionamento
 - Passo
 - Postura
 - Centro
 - Parete
 - Azione
 - Movimento
 - Giro
 - Lavoro del piede
 - Puntare
 - Spostamento
 - Figura
 - Amalgamazione
 - Coreografia

- Scrivere e cantare stringa musicale della coreografia con figure obbligatorie



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
6° corso – 15 anni età minima

Obiettivi del sesto corso

- Maggiore abilità nell'esecuzione attraverso la conoscenza di un numero superiore di passi e legazioni.
- Maggior durata e complessità delle esecuzioni. Più estesa conoscenza della terminologia.
- I candidati affrontano gli esercizi con maggior disinvoltura e padronanza della tecnica. Usano l'espressione per mettere in risalto il movimento e affrontano esercizi e coreografie di maggior durata e difficoltà di esecuzione.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Cha Cha Cha lock forward pd e ps
 - Cha Cha Cha lock backward pd e ps
 - Open basic
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Rondè chasse
 - Hip twist chasse
 - Time step



- Shoulder to shoulder
- Hand to hand
- Natural top
- Close hip twist
- Open hip twist
- Cross basic
 - Tecnica di base
 - Ritmo guapacha
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement
 - Progressive basic movement
 - Samba whisks a sx
 - Samba whisks a dx
 - Shadow botafogo
 - Traveling voltas a dx
 - Traveling voltas a sx
 - Side samba walk
 - Stationary samba walk
 - Promenade samba wolk
 - Corta jaca
 - Reverse turn
 - Natural roll
 - Close rocks sul pd e sul ps
 - Traveling botafogo
 - Open rocks a dx e sx
 - Promenade botafogos
 - Backward rocks sul pd e ps
 - Plat
 - Continuos voltas spot turn a sx
 - Continuos voltas spot turn a dx



- Tecnica di base
 - Samba bounce action
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Jive
 - Jive chasse a sx e dx
 - Basic in place
 - Basic in fallaway
 - Change of place da dx a sx
 - Change of place da sx a dx
 - Link
 - Change of hands behind back
 - Whip
 - American spin
 - Fallaway throwaway
 - Promenade walks
 - Double cross whip
 - Curly whip
 - Throwaway whip
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Rumba
 - Basic movement
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Hand to hand
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Natural top



- Close hip twist
- Open hip twist
- Reverse top
- Spiral
- Curl
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
 - Cucarachas
- Paso doble
 - Basic movement
 - Sur place
 - Chasse a dx
 - Chasse a sx
 - Huit
 - Attack
 - Separation
 - Sixteen
 - Twist turn
 - Promenade
 - Promenade e counter promenade
 - Promenade close
 - La passe
 - Banderillas
 - Syncopated separation
 - Fallaway whisk
 - Fallaway reverse
 - Spanish line
 - Twists
 - Chasse cape
 - Travelling spins da pp
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti



- Azioni di tecnica generale
 - Latin cross
 - Checked forward walk
 - Delayed walks
 - Forward walk turning
 - Portamento
 - Posizioni delle braccia
 - Prese delle mani
 - Posizioni basilari

- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto

- Dimostrazione, per ogni singolo ballo, coreografia con figure obbligatorie
 - Durata minima 1 minuto

- Terminologia
 - Dispensa cocoscenze e concetti generali:
 - Direzioni e allineamenti
 - Lavoro del piede
 - Storia della danza
 - Glossario
 - Tecnica
 - Pista
 - Linea di danza
 - Direzione
 - Allineamento
 - Posizionamento
 - Passo
 - Postura
 - Centro
 - Parete
 - Azione



- Movimento
 - Giro
 - Lavoro del piede
 - Puntare
 - Spostamento
 - Figura
 - Amalgamazione
 - Coreografia
 - Timing
 - Valore del battito
 - Tempo
 - Ritmo
 - Battito
 - Battuta
-
- Scrivere, dare il valore e cantare stringa musicale della coreografia con figure obbligatorie

 - Prova scritta con 45 domande a risposta multipla



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
7° corso – 16 anni età minima

Obiettivi del settimo corso

- Comprensione maggiormente estesa della tecnica, precisione nell'esecuzione e capacità di interpretare la linea, lo stile e l'uso appropriato dello spazio.
- I candidati mostrano una spiccata attitudine nell'interpretazione della dinamica e del ritmo.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Cha Cha Cha lock forward pd e ps
 - Cha Cha Cha lock backward pd e ps
 - Open basic
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Rondè chasse
 - Hip twist chasse
 - Time step
 - Shoulder to shoulder
 - Hand to hand



- Natural top
- Close hip twist
- Open hip twist
- Cross basic
- Close hip twist spiral
- Turkish towel
 - Tecnica di base
 - Ritmo guapacha
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement
 - Progressive basic movement
 - Samba whisks a sx
 - Samba whisks a dx
 - Shadow botafogo
 - Traveling voltas a dx
 - Traveling voltas a sx
 - Side samba walk
 - Stationary samba walk
 - Promenade samba walk
 - Corta jaca
 - Reverse turn
 - Natural roll
 - Close rocks sul pd e sul ps
 - Traveling botafogo
 - Open rocks a dx e sx
 - Promenade botafogos
 - Backward rocks sul pd e ps
 - Plat
 - Continuous voltas spot turn a sx
 - Continuous voltas spot turn a dx



- Circular voltas a dx
- Circular voltas a sx
- Promenade e counter promenade runs
- Samba locks
- Cruzados locks in shadow position
 - Tecnica di base
 - Samba bounce action
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Jive
 - Jive chasse a sx e dx
 - Basic in place
 - Basic in fallaway
 - Change of place da dx a sx
 - Change of place da sx a dx
 - Link
 - Change of hands behind back
 - Whip
 - American spin
 - Fallaway throwaway
 - Promenade walks
 - Double cross whip
 - Curly whip
 - Throwaway whip
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Rumba
 - Basic movement
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx



- Hand to hand
- Fan
- Hockey stick
- Alemana
- Natural top
- Close hip twist
- Open hip twist
- Reverse top
- Spiral
- Curl
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
 - Cucarachas
- Paso doble
 - Basic movement
 - Sur place
 - Chasse a dx
 - Chasse a sx
 - Huit
 - Attack
 - Separation
 - Sixteen
 - Twist turn
 - Promenade
 - Promenade e counter promenade
 - Promenade close
 - La passe
 - Banderillas
 - Syncopated separation
 - Fallaway whisk
 - Fallaway reverse
 - Spanish line



- Twists
- Chasse cape
- Travelling spins da pp
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Azioni di tecnica generale
 - Latin cross
 - Checked forward walk
 - Delayed walks
 - Forward walk turning
 - Portamento
 - Posizioni delle braccia
 - Prese delle mani
 - Posizioni basilari
- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto
- Dimostrazione, per ogni singolo ballo, coreografia con figure obbligatorie
 - Durata minima 1 minuto
- Terminologia
 - Dispensa cocoscenze e concetti generali:
 - Direzioni e allineamenti
 - Lavoro del piede
 - Storia della danza
 - Metodologia di allenamento
 - Principi di musica per la danza sportive
 - Quantità di giropiani di movimento
 - Glossario
 - Tecnica
 - Pista



- Linea di danza
 - Direzione
 - Allineamento
 - Posizionamento
 - Passo
 - Postura
 - Centro
 - Parete
 - Azione
 - Movimento
 - Giro
 - Lavoro del piede
 - Puntare
 - Spostamento
 - Figura
 - Amalgamazione
 - Coreografia
 - Timing
 - Valore del battito
 - Tempo
 - Ritmo
 - Battito
 - Battuta
 - Time signature
 - Rotazione
 - Torsione
 - Incrocio
-
- Scrivere, dare il valore e cantare stringa musicale della coreografia con figure obbligatorie

 - Prova scritta con 60 domande a risposta multipla



LYCEUM DANZA SPORTIVA
DANZE LATINO AMERICANE
8° corso – 17 anni età minima

Obiettivi dell'ottavo corso

- Completa ed efficace conoscenza della tecnica, esecuzione di elevate qualità artistica.
- I candidati affrontano l'esecuzione con padronanza e disinvoltura mostrando di aver assimilato tutti gli elementi fondamentali della tecnica.

Prove d'esame

- Colloquio commissione
- Dimostrazione figure tecniche obbligatorie
 - Cha Cha Cha
 - Cha Cha Cha chasse a sx e dx
 - Close basic
 - Check from open cpp
 - Check from open pp
 - Spot turn a sx
 - Spot turn a dx
 - Cha Cha Cha lock forward pd e ps
 - Cha Cha Cha lock backward pd e ps
 - Open basic
 - Fan
 - Hockey stick
 - Alemana
 - Rondè chasse
 - Hip twist chasse
 - Time step
 - Shoulder to shoulder
 - Hand to hand



- Natural top
- Close hip twist
- Open hip twist
- Cross basic
- Close hip twist spiral
- Turkish towel
- Cuban break in open pos
 - Tecnica di base
 - Ritmo guapacha
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Samba
 - Natural basic movement
 - Reverse basic movement
 - Progressive basic movement
 - Samba whisks a sx
 - Samba whisks a dx
 - Shadow botafogo
 - Traveling voltas a dx
 - Traveling voltas a sx
 - Side samba walk
 - Stationary samba walk
 - Promenade samba walk
 - Corta jaca
 - Reverse turn
 - Natural roll
 - Close rocks sul pd e sul ps
 - Traveling botafogo
 - Open rocks a dx e sx
 - Promenade botafogos
 - Backward rocks sul pd e ps
 - Plat
 - Continuos voltas spot turn a sx
 - Continuos voltas spot turn a dx



- Circular voltas a dx
- Circular voltas a sx
- Promenade e counter promenade runs
- Samba locks
- Cruzados locks in shadow position
 - Tecnica di base
 - Samba bounce action
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Jive
 - Jive chasse a sx e dx
 - Basic in place
 - Basic in fallaway
 - Change of place da dx a sx
 - Change of place da sx a dx
 - Link
 - Change of hands behind back
 - Whip
 - American spin
 - Fallaway throwaway
 - Promenade walks
 - Double cross whip
 - Curly whip
 - Throwaway whip
 - Reverse whip
 - Ball change
 - Stop and gorolling off the arm
 - Spanish arm
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Rumba
 - Basic movement



- Check from open cpp
- Check from open pp
- Spot turn a sx
- Spot turn a dx
- Hand to hand
- Fan
- Hockey stick
- Alemana
- Natural top
- Close hip twist
- Open hip twist
- Reverse top
- Spiral
- Curl
- Sliding doors
- Three alemanas
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
 - Cucarachas
- Paso doble
 - Basic movement
 - Sur place
 - Chasse a dx
 - Chasse a sx
 - Huit
 - Attack
 - Separation
 - Sixteen
 - Twist turn
 - Promenade
 - Promenade e counter promenade
 - Promenade close



- La passe
- Banderillas
- Syncopated separation
- Fallaway whisk
- Fallaway reverse
- Spanish line
- Twists
- Chasse cape
- Travelling spins da pp
 - Tecnica di base
 - Tempo musicale
 - Conteggio e valore dei battiti
- Azioni di tecnica generale
 - Latin cross
 - Checked forward walk
 - Delayed walks
 - Forward walk turning
 - Portamento
 - Posizioni delle braccia
 - Prese delle mani
 - Posizioni basilari
- Dimostrazione coreografia a piacere
 - Durata minima 1 minuto
- Dimostrazione, per ogni singolo ballo, coreografia con figure obbligatorie
 - Durata minima 1 minuto
- Terminologia
 - Dispensa cocoscenze e concetti generali:
 - Direzioni e allineamenti
 - Lavoro del piede



- Storia della danza
- Metodologia di allenamento
- Principi di musica per la danza sportiva
- Quantità di girovani di movimento
- I segni e I linguaggi della comunicazione
- La comunicazione
- Biomeccanica del movimento
- L'ordinamento sportive nazionale e internazionale
- Glossario
 - Tecnica
 - Pista
 - Linea di danza
 - Direzione
 - Allineamento
 - Posizionamento
 - Passo
 - Postura
 - Centro
 - Parete
 - Azione
 - Movimento
 - Giro
 - Lavoro del piede
 - Puntare
 - Spostamento
 - Figura
 - Amalgamazione
 - Coreografia
 - Timing
 - Valore del battito
 - Tempo
 - Ritmo
 - Battito



- Battuta
 - Time signature
 - Rotazione
 - Torsione
 - Incrocio
 - Elevazione
 - Lato che conduce
 - inclinazione
-
- Scrivere, dare il valore e cantare stringa musicale della coreografia con figure obbligatorie

 - Prova scritta con 60 domande a risposta multipla