

INDICE

Commissione tecnica Danze Caraibiche	9
<i>Sede di Cesena Midas</i>	<i>9</i>
<i>Il gruppo.....</i>	<i>9</i>
RITMICA E MUSICA	11
<i>IL RITMO</i>	<i>11</i>
IL VALORE DELLE NOTE	12
<i>LA MELODIA.....</i>	<i>13</i>
<i>L'ARMONIA</i>	<i>13</i>
<i>BPM</i>	<i>13</i>
MUSICA CARAIBICA.....	14
<i>SALSA</i>	<i>14</i>
LA DIVISIONE IN OTTAVI: GLI OTTO TEMPI DELLA BASE	14
LA DIVISIONE IN SEDICESIMI: I RITMI DELLE PERCUSSIONI TIPICHE	15
<i>BACHATA.....</i>	<i>19</i>
<i>MERENGUE</i>	<i>19</i>
<i>STRUMENTI MUSICALI E FIGURE RITMICHE CARATTERISTICHE.....</i>	<i>20</i>
LA CLAVE	20
IL TUMBAO E LE TUMBADORAS	22
IL BONGO'	23
LA CAMPANA DI SON	24
TIMBALES, GUIRO e MARACAS	25
PRESE	27
<i>PRESE SINGOLE</i>	<i>27</i>
PRESA NORMALE.....	27
PRESA OPPOSTA.....	27
PRESA INCROCIATA DESTRA.....	28
PRESA INCROCIATA SINISTRA.....	28
<i>PRESE DOPPIE</i>	<i>29</i>
DOPPIA PRESA INCROCIATA DESTRA	29
DOPPIA PRESA INCROCIATA SINISTRA	29
DOPPIA PRESA PARALLELA.....	30
DOPPIA PRESA PARALLELA INCROCIATA DESTRA	30
DOPPIA PRESA PARALLELA INCROCIATA SINISTRA	31
POSIZIONI	32
POSIZIONE APERTA SENZA PRESA.....	32
POSIZIONE LATERALE DESTRA SENZA PRESA	32
POSIZIONE LATERALE SINISTRA SENZA PRESA	33
POSIZIONE LATERALE DESTRA CON PRESA	33
POSIZIONE LATERALE SINISTRA CON PRESA	34
POSIZIONE DI OPEN PROMENADE DESTRA PRESA OPPOSTA	34
POSIZIONE DI OPEN CONTRO PROMENADE SINISTRA PRESA NORMALE	35
POSIZIONE DI OPEN PROMENADE PRESA INCROCIATA DESTRA.....	35
POSIZIONE DI OPEN CONTRO PROMENADE PRESA INCROCIATA	36
POSIZIONE CHIUSA CON CONTATTO CON IL CORPO	36
POSIZIONE CHIUSA SENZA CONTATTO CON IL CORPO	37

POSIZIONE DI PROMENADE	37
POSIZIONE DI CONTROLLO PROMENADE	38
POSIZIONE OMBRA (SHADOW)	38
POSIZIONE TRENINO	39
AZIONI E POSIZIONI BRACCIA.....	40
CARICIA O GANCIO	40
SOMBRERO	40
LACCIO.....	41
RASOIO PRESA OPPOSTA	42
RASOIO PRESA NORMALE	42
1 SALSA ON2	44
1.1 BASE ALTERNADA.....	45
CAVALIERE.....	45
DAMA.....	45
SVILUPPI.....	45
1.2 BASE LATERAL / LADO LADO	46
CAVALIERE.....	46
DAMA.....	46
SVILUPPI.....	46
1.3 BASE ATRAS	47
CAVALIERE.....	47
DAMA.....	47
SVILUPPI.....	47
1.4 BASE ADELANTE	48
CAVALIERE.....	48
DAMA.....	48
SVILUPPI.....	48
1.5 VUELTA A DESTRA	49
CAVALIERE.....	49
DAMA.....	49
SVILUPPI.....	49
1.6 VUELTA PROGRESSIVA A DESTRA	50
CAVALIERE.....	50
DAMA.....	50
SVILUPPI.....	50
1.7 VUELTA A SINISTRA	51
CAVALIERE.....	51
DAMA.....	51
SVILUPPI.....	51
1.8 CROSS BODY LEAD.....	52
CAVALIERE.....	52
DAMA.....	52
SVILUPPI.....	52

1.9 CROSS BODY LEAD A DESTRA	53
CAVALIERE.....	53
DAMA.....	53
SVILUPPI.....	53
1.10 CROSS OVER HOMBRE.....	54
CAVALIERE.....	54
DAMA.....	54
SVILUPPI.....	54
1.11 CROSS OVER DAMA.....	55
CAVALIERE.....	55
DAMA.....	55
SVILUPPI.....	55
1.12 CROSS BODY LEAD CON VUELTA.....	56
CAVALIERE.....	56
DAMA.....	56
SVILUPPI.....	56
1.13 SOMBRERO	57
CAVALIERE.....	57
DAMA.....	57
SVILUPPI.....	57
1.14 TORNILLO A DX.....	58
CAVALIERE.....	58
DAMA.....	58
SVILUPPI.....	58
1.15 TORNILLO A SX	59
CAVALIERE.....	59
DAMA.....	59
SVILUPPI.....	59
1.16 FAN	60
CAVALIERE.....	60
DAMA.....	60
SVILUPPI.....	60
1.17 VUELTA LANZADA	61
CAVALIERE.....	61
DAMA.....	61
SVILUPPI.....	61
1.18 APERTURA PARA ADELANTE.....	62
CAVALIERE.....	62
DAMA.....	62
1.19 QUINTA RAIZ	63
CAVALIERE.....	63

DAMA	63
SVILUPPI	63
1.20 CHECK.....	64
CAVALIERE	64
DAMA	64
SVILUPPI	64
1.21 CONTRA CHECK O OPEN BREAK.....	65
CAVALIERE	65
DAMA	65
1.22 MEZZA ELICA	66
CAVALIERE	66
DAMA	66
SVILUPPI	66
1.23 SETENTA	67
CAVALIERE	67
DAMA	68
SVILUPPI	68
1.24 SETENTA CON VUELTA.....	69
CAVALIERE	69
DAMA	69
SVILUPPI	69
1.25 MEDIA VENTANA.....	70
CAVALIERE	70
DAMA	70
SVILUPPI	70
1.26 CARICIA DOBLE (DOPPIO GANCIO)	71
CAVALIERE	71
DAMA	71
SVILUPPI	71
1.27 TEASER	72
CAVALIERE	72
DAMA	72
SVILUPPI	72
1.28 TEASER CONTRARIO	73
CAVALIERE	73
DAMA	74
SVILUPPI	74
1.29 TEASER IN MOVIMENTO.....	75
CAVALIERE	75
DAMA	76
SVILUPPI	76

1.30 MARIPOSA	77
CAVALIERE.....	77
DAMA.....	77
SVILUPPI.....	77
1.31 ABANICO	78
CAVALIERE.....	78
DAMA.....	78
SVILUPPI.....	78
1.32 ABANICO DOBLE.....	79
CAVALIERE.....	79
DAMA.....	79
SVILUPPI.....	79
1.33 VUELTA ALTERNADA	80
CAVALIERE.....	80
DAMA.....	80
SVILUPPI.....	80
1.34 PARALE EL CUERPO	81
CAVALIERE.....	81
DAMA.....	81
SVILUPPI.....	81
1.35 CROCE	82
CAVALIERE.....	82
DAMA.....	83
SVILUPPI.....	83
1.36 TROMPO	84
CAVALIERE.....	84
DAMA.....	85
SVILUPPI.....	85
1.37 DOPPIA VUELTA A DESTRA	86
CAVALIERE.....	86
DAMA.....	86
SVILUPPI.....	86
1.38 DOPPIA VUELTA A DESTRA IN PROGRESSIONE	87
CAVALIERE.....	87
DAMA.....	87
1.39 DOPPIA VUELTA A SINISTRA	88
CAVALIERE.....	88
DAMA.....	88
1.40 DOPPIA VUELTA A SINISTRA IN PROGRESSIONE	89
CAVALIERE.....	89
DAMA.....	89

1.41 ELICA	90
CAVALIERE.....	90
DAMA.....	90
SVILUPPI.....	90
1.42 VENTANA	91
CAVALIERE.....	91
DAMA.....	92
SVILUPPI.....	92
1.43 SOLEADO	93
CAVALIERE.....	93
DAMA.....	93
SVILUPPI.....	93
1.44 TORNADO.....	94
CAVALIERE.....	94
DAMA.....	94
SVILUPPI.....	94
1.45 RUBBER BAND	95
CAVALIERE.....	95
DAMA.....	96
SVILUPPI.....	96
1.46 MATADOR	97
CAVALIERE.....	97
DAMA.....	98
SVILUPPI.....	98
PASITOS	99
1.47 MEDIA CAJITA	100
CAVALIERE.....	100
DAMA.....	100
SVILUPPI.....	100
1.48 SLIDES	101
CAVALIERE.....	101
DAMA.....	102
1.49 SLIDES KICK	103
CAVALIERE.....	103
DAMA.....	103
1.50 CRUZA CRUZA.....	104
CAVALIERE.....	104
DAMA.....	104
1.51 TRES TRES.....	105
CAVALIERE.....	105
DAMA.....	105

1.52 TRES TRES DI DESTRO	106
CAVALIERE.....	106
DAMA	106
1.53 SUZIE Q	107
CAVALIERE.....	107
DAMA	107
SVILUPPI.....	107
1.54 SUZIE Q DI DESTRO	108
CAVALIERE.....	108
DAMA	108
SVILUPPI.....	108
1.55 TRAQUETEO	109
CAVALIERE.....	109
DAMA	109
SVILUPPI.....	109
1.56 COCOLO	110
CAVALIERE.....	110
DAMA	111
SVILUPPI.....	111
1.57 CRUZADO AL FRENTE.....	112
CAVALIERE.....	112
DAMA	112
SVILUPPI.....	112
1.58 CRUZADO ATRAS	113
CAVALIERE.....	113
DAMA	113
1.59 CRUZADO PROGRESSIVO AVANTI.....	114
CAVALIERE.....	114
DAMA	114
1.60 CRUZADO PROGRESSIVO INDIETRO.....	115
CAVALIERE.....	115
DAMA	115
1.61 MIRROR.....	116
CAVALIERE.....	116
DAMA	117
SVILUPPI.....	117
1.62 FLARE	118
CAVALIERE.....	118
DAMA	118
SVILUPPI.....	118
RINGRAZIAMENTI	119