

INDICE

Commissione tecnica Danze Caraibiche	7
<i>Sede di Cesena Midas</i>	<i>7</i>
<i>Il gruppo</i>	<i>7</i>
RITMICA E MUSICA	8
<i>IL RITMO</i>	<i>8</i>
<i>IL VALORE DELLE NOTE</i>	<i>9</i>
<i>LA MELODIA</i>	<i>10</i>
<i>L'ARMONIA</i>	<i>10</i>
<i>BPM</i>	<i>10</i>
MUSICA CARAIBICA.....	11
<i>SALSA</i>	<i>11</i>
<i>LA DIVISIONE IN OTTAVI: GLI OTTO TEMPI DELLA BASE</i>	<i>11</i>
<i>LA DIVISIONE IN SEDICESIMI: I RITMI DELLE PERCUSSIONI TIPICHE</i>	<i>12</i>
<i>BACHATA.....</i>	<i>16</i>
<i>MERENGUE.....</i>	<i>16</i>
<i>STRUMENTI MUSICALI E FIGURE RITMICHE CARATTERISTICHE.....</i>	<i>17</i>
<i>LA CLAVE</i>	<i>17</i>
<i>IL TUMBAO E LE TUMBADORAS</i>	<i>19</i>
<i>IL BONGO'</i>	<i>20</i>
<i>LA CAMPANA DI SON</i>	<i>21</i>
<i>TIMBALES, GUIRO e MARACAS</i>	<i>22</i>
PRESE.....	24
<i>PRESE SINGOLE</i>	<i>24</i>
<i>PRESA NORMALE.....</i>	<i>24</i>
<i>PRESA OPPOSTA.....</i>	<i>24</i>
<i>PRESA INCROCIATA DESTRA.....</i>	<i>25</i>
<i>PRESA INCROCIATA SINISTRA.....</i>	<i>25</i>
<i>PRESE DOPPIE</i>	<i>26</i>
<i>DOPPIA PRESA INCROCIATA DESTRA</i>	<i>26</i>
<i>DOPPIA PRESA INCROCIATA SINISTRA</i>	<i>26</i>
<i>DOPPIA PRESA PARALLELA.....</i>	<i>27</i>
<i>DOPPIA PRESA PARALLELA INCROCIATA DESTRA</i>	<i>27</i>
<i>DOPPIA PRESA PARALLELA INCROCIATA SINISTRA</i>	<i>28</i>
POSIZIONI	29
<i>POSIZIONE APERTA SENZA PRESA.....</i>	<i>29</i>
<i>POSIZIONE LATERALE DESTRA SENZA PRESA</i>	<i>29</i>
<i>POSIZIONE LATERALE SINISTRA SENZA PRESA</i>	<i>30</i>
<i>POSIZIONE LATERALE DESTRA CON PRESA</i>	<i>30</i>
<i>POSIZIONE LATERALE SINISTRA CON PRESA</i>	<i>31</i>
<i>POSIZIONE DI OPEN PROMENADE DESTRA PRESA OPPOSTA</i>	<i>31</i>
<i>POSIZIONE DI OPEN CONTRO PROMENADE SINISTRA PRESA NORMALE</i>	<i>32</i>
<i>POSIZIONE DI OPEN PROMENADE PRESA INCROCIATA DESTRA.....</i>	<i>32</i>
<i>POSIZIONE DI OPEN CONTRO PROMENADE PRESA INCROCIATA</i>	<i>33</i>
<i>POSIZIONE CHIUSA CON CONTATTO CON IL CORPO</i>	<i>33</i>
<i>POSIZIONE CHIUSA SENZA CONTATTO CON IL CORPO</i>	<i>34</i>

POSIZIONE DI PROMENADE	34
POSIZIONE DI CONTROLLO PROMENADE	35
POSIZIONE OMBRA (SHADOW)	35
POSIZIONE TRENINO	36
AZIONI E POSIZIONI BRACCIA.....	37
CARICIA O GANCIO	37
SOMBRERO	37
LACCIO.....	38
RASOIO PRESA OPPOSTA	39
RASOIO PRESA NORMALE	39
3 BACHATA	41
3.1 BASE SUL POSTO (PRIMA BASE)	42
CAVALIERE.....	42
DAMA	42
3.1.1 BASE SUL POSTO SINCOPATA	43
CAVALIERE.....	43
DAMA	43
3.1.2 BASE SUL POSTO MERENGUE	44
CAVALIERE.....	44
DAMA	44
3.2 BASE LATERALE	45
CAVALIERE.....	45
DAMA	46
SVILUPPI.....	46
3.2.1 BASE LATERALE SINCOPATA	47
CAVALIERE.....	47
DAMA	47
3.3 BASE ALTERNATA	48
CAVALIERE.....	48
DAMA	48
3.4 CAMMINATA AVANTI PROGRESSIVA.....	49
CAVALIERE.....	49
DAMA	49
SVILUPPI.....	49
3.5 CAMMINATA INDIETRO PROGRESSIVA.....	50
CAVALIERE.....	50
DAMA	51
SVILUPPI.....	51
3.5.1 CAMMINATA ALTERNATA (AVANTI-INDIETRO)	52
CAVALIERE.....	52
DAMA	52
3.5.1.1 CAMMINATA ALTERNATA (INDIETRO-AVANTI).....	53

CAVALIERE.....	53
DAMA.....	53
3.6 BASE AVANTI.....	54
CAVALIERE.....	54
DAMA.....	54
3.6.1 BASE AVANTI CHA CHA CHA	55
CAVALIERE.....	55
DAMA.....	55
3.7 BASE INDIETRO.....	56
CAVALIERE.....	56
DAMA.....	56
3.7.1 BASE INDIETRO CHA CHA CHA	57
CAVALIERE.....	57
DAMA.....	57
3.8 GIRO A DESTRA	58
CAVALIERE.....	58
DAMA.....	58
<i>SVILUPPI.....</i>	<i>58</i>
3.9 GIRO A SINISTRA	59
CAVALIERE.....	59
DAMA.....	59
<i>SVILUPPI.....</i>	<i>59</i>
3.10 GIRO PIVOT A DESTRA (GIRO A DESTRA CON TAP)	60
CAVALIERE.....	60
DAMA.....	60
<i>SVILUPPI.....</i>	<i>60</i>
3.11 GIRO PIVOT A SINISTRA (GIRO A SINISTRA CON TAP)	61
CAVALIERE.....	61
DAMA.....	61
<i>SVILUPPI.....</i>	<i>61</i>
3.12 GIRO CONTRARIO A DESTRA	62
CAVALIERE.....	62
DAMA.....	62
3.13 GIRO CONTRARIO A SINISTRA	63
CAVALIERE.....	63
DAMA.....	63
3.14 BASE TUMBAO	64
CAVALIERE.....	64
DAMA.....	64
3.15 BASE SWING SUL POSTO	65
CAVALIERE.....	65



DAMA	65
SVILUPPI.....	65
3.16 BASE SWING ALTERNATA AVANTI	66
CAVALIERE.....	66
DAMA.....	66
SVILUPPI.....	66
3.17 BASE SWING ALTERNATA INDIETRO	67
CAVALIERE.....	67
DAMA.....	68
SVILUPPI.....	68
3.18 VUELTA NATURAL E REVERSA E SINCOPADO	69
CAVALIERE.....	69
DAMA.....	70
SVILUPPI.....	70
3.19 BARCHETTA (BASE A IMPULSO)	71
CAVALIERE.....	71
DAMA.....	71
3.20 GIRO A DX PROGRESSIVO AVANTI	72
CAVALIERE.....	72
DAMA.....	72
3.21 GIRO A SX PROGRESSIVO AVANTI	73
CAVALIERE.....	73
DAMA.....	73
3.22 GIRO A DESTRA PROGRESSIVO INDIETRO	74
CAVALIERE.....	74
DAMA.....	74
3.23 GIRO A SINISTRA PROGRESSIVO INDIETRO	75
CAVALIERE.....	75
DAMA.....	75
3.24 DOPPIO GIRO A DESTRA SUL POSTO.....	76
CAVALIERE.....	76
DAMA.....	76
3.25 DOPPIO GIRO A SINISTRA SUL POSTO.....	77
CAVALIERE.....	77
DAMA.....	77
3.26 DOPPIO GIRO A DESTRA PROGRESSIVO.....	78
CAVALIERE.....	78
DAMA.....	78
SVILUPPI.....	78
3.27 DOPPIO GIRO A SINISTRA PROGRESSIVO.....	79
CAVALIERE.....	79

DAMA	79
SVILUPPI	79
3.28 VUELTA COCOLO A DESTRA	80
CAVALIERE	80
DAMA	80
3.29 VUELTA COCOLO A SINISTRA	81
CAVALIERE	81
DAMA	81
3.30 DOPPIA VUELTA COCOLO A DESTRA	82
CAVALIERE	82
DAMA	82
3.31 DOPPIA VUELTA COCOLO A SINISTRA	83
CAVALIERE	83
DAMA	83
3.32 CAMBIO DI POSTO	84
CAVALIERE	84
DAMA	84
SVILUPPI	84
3.33 CAMBIO DI POSTO SINCOPATO	85
CAVALIERE	85
DAMA	85
SVILUPPI	85
3.34 SENTADA	86
CAVALIERE	86
DAMA	86
3.35 TORTUGA	87
CAVALIERE	87
DAMA	88
3.36 ROMANTICA	89
CAVALIERE	89
DAMA	90
3.37 MEZZA ELICA	91
CAVALIERE	91
DAMA	91
SVILUPPI	91
3.38 ELICA	92
CAVALIERE	92
DAMA	93
3.39 CARICIA DOBLE	94
CAVALIERE	94
DAMA	95

3.40 SOL	96
CAVALIERE.....	96
DAMA.....	97
3.41 TRENINO	98
CAVALIERE.....	98
DAMA.....	99
3.42 LUNA	100
CAVALIERE.....	100
DAMA.....	100
3.43 SETENTA CON LACCIO	101
CAVALIERE.....	101
DAMA.....	102
SVILUPPI.....	102
3.44 SETENTA COMPLICADO	103
CAVALIERE.....	103
DAMA.....	104
3.45 COCOLO	105
CAVALIERE.....	105
DAMA.....	106
SVILUPPI.....	106
3.46 OMBRA	107
CAVALIERE.....	107
DAMA.....	108
RINGRAZIAMENTI	109