

Tarifs des inscriptions aux cours

1 cours		174 €
	Tarif réduit*	130 €
2 cours		279 €
	Tarif réduit*	209 €
3 cours		362 €
	Tarif réduit*	271 €
4 cours		414 €
	Tarif réduit*	310 €
Full pass		474 €
	Tarif réduit*	355 €

Conditions

Règlement intérieur (extrait)

- Toute inscription est définitive et ne donne droit à aucun remboursement sinon dûment justifié.
- Un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la danse est conseillé.
- * Tarif réduit accordé aux étudiants de - 26 ans et demandeurs d'emploi. Réduction de 25% sur présentation d'un justificatif.
- Inscription à un cours = une heure fixe dans la semaine.
- Espèces, chèques et chèques-vacances acceptés.
- Paiement sécurisé par carte bancaire sur www.capdanse.net

Événements

Attention ! ces dates sont sous réserve de confirmation

- Soirée de Rentrée** le 6 septembre 2025
- Festival Swing** les 17, 18, 19 octobre 2025
- Festival Salsa Bachata Kizomba**
les 27, 28 février, 1er mars 2026
- Festival Tango Argentin** les 10, 11, 12 avril 2026
- Festival West Coast** les 16, 17 mai 2026
- Soirée de Fin de Saison** le 27 juin 2026

CONTACT

CAP DANSE

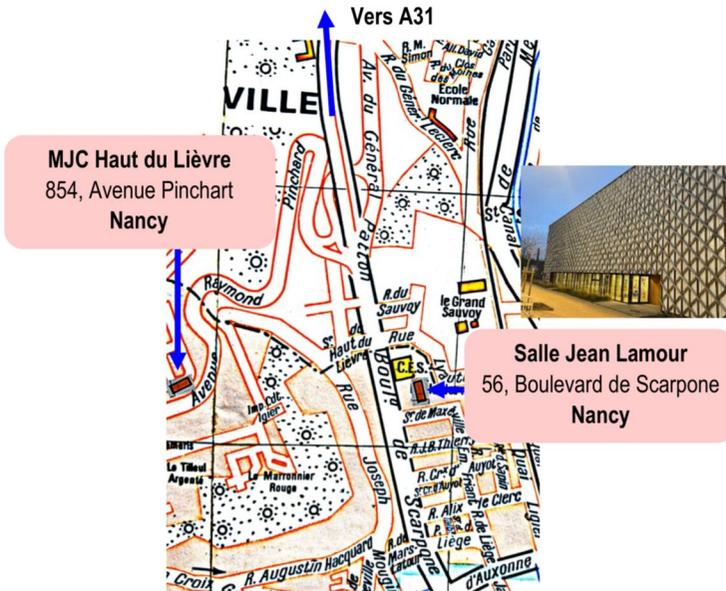
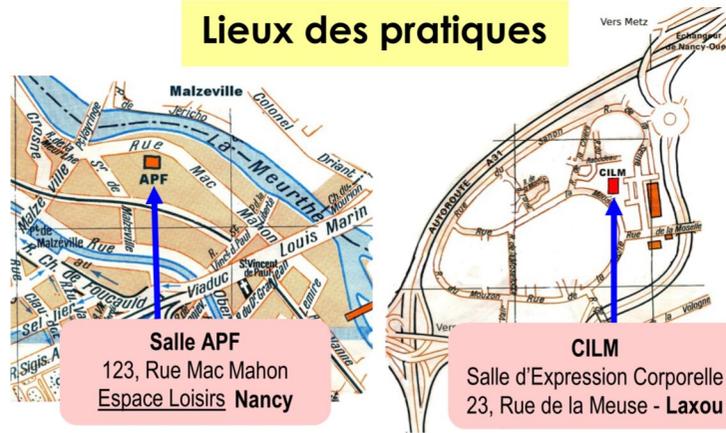
20 BIS RUE DU COLONEL MOLL 54 520 LAXOU

06 52 60 81 37

CONTACT@CAPDANSE.NET

WWW.CAPDANSE.NET

Lieux des pratiques



Programme des cours

2025-2026

SALSA-BACHATA-KIZOMBA
ROCK-SWING-WEST COAST

FORRÓ

TANGO ARGENTIN
DANSES DE SALON



VILLE DE
Laxou



Édité le 20 août 2025

PROGRAMME DES COURS DE LA SAISON 2025/2026

		Lundi			Mardi				Mercredi				Jeudi			Vendredi		
Salles		Cap Danse	MJC Haut du Lièvre	APF	Cap Danse	Jean Lamour	Salle Europe	CILM	Cap Danse	Jean Lamour	APF	CILM	APF	Cap Danse	Jean Lamour	CILM		
Enseignants		<i>Doina</i>	<i>Ben & Mélanie</i>	David & Amélie	Yvan	<i>Ben & Mélanie</i>	<i>Claude</i>	<i>Charles & Marine</i>	<i>Ben & Delphine</i>	<i>Ben & Mélissa</i>	<i>Claude & Martine</i>		<i>Thomas & Mathilde</i>	<i>Alexandre</i>	<i>Ben & Delphine</i>	<i>Benoît & Cécile</i>		
		<i>Yvan & Doina</i>	<i>Ben & Mélissa</i>				<i>Fatah & Alexia</i>											
	18h																	
	18h15	18h-19h LADY STYLING Bachata Tous niveaux																
	18h30																	
	18h45			18h30-19h30 BACHATA SENSUELLE Niveau 1					18h30-19h30 SALSA PORTO Niveau 2									
	19h																	
	19h15	19h-20h LADY STYLING Salsa Tous niveaux	19h-20h ROCK' n'ROLL Niveau 2		19h-20h WEST COAST SWING Niveau 1	19h-20h ATELIER MUSICAL					19h-20h TANGO ARGENTIN Niveau 2-3				19h-20h SALSA CUBAINE Niveau 2	19h15-20h15 LINDY HOP Switch Niveau 1		
	19h30																	
	19h45			19h30-20h30 BACHATA SENSUELLE Niveau 3									19h30-20h30 KIZOMBA Niveau 2	19h30- 20h30 DANSES DE SALON Niveau 1	20h-21h BACHATA Niveau 2			
	20h																	
	20h15	20h-21h SALSA PORTO On 2 Tous niveaux	20h-21h ROCK' n'ROLL Niveau 1		20h-21h SALSA PORTO Niveau 1	20h-21h WEST COAST SWING Niveau 2	20h-21h FORRO Niveau 1	20h-21h LINDY HOP Niveau 1		20h-21h SALSA CUBAINE Niveau 1	20h-21h TANGO ARGENTIN Niveau 1		Pratique	20h30- 21h30 DANSES DE SALON Niveau 2	20h-21h BACHATA Niveau 2		Pratique	
	20h30					20h30-21h30 BACHATA SENSUELLE Niveau 2												
	20h45																	20h30-21h30 LINDY HOP Choréo Niveau 2-3
	21h																	
	21h15	21h-22h BACHATA FUSION Niveau 2	21h-22h SALSA PORTO Niveau 1		21h-22h SALSA PORTO Niveau 2	21h-22h WEST COAST SWING Niveau 3	21h-22h FORRO Niveau 2	21h-22h LINDY HOP Niveau 2-3		21h-22h BACHATA Niveau 1	21h-22h TANGO ARGENTIN Switch Tous niveaux	20h30-22h Programme spécifique	20h45-21h45 KIZOMBA Niveau 1		21h-22h SALSA PORTO Niveau 2-3			
	21h30																	
	21h45																	
	22h																	

Danse de Salon (de Société, de Bal) : Valses Lente (Anglaise) - Viennoise - Française ; Cha-cha ; Rumba ; Fox Trot (Quick Step) ; Paso Doble ; Tango ; Jive (Rock).

Atelier Musical : Mise en oeuvre de matériel de sonorisation ; mixage ; logiciel informatique DJ.

Niveaux d'acquisition des cours

Niveau 1 : Les fondamentaux pour démarrer une danse sur de bonnes bases, indispensables pour bien apprendre la technique des mouvements ou solidifier les bases acquises.

Niveau 2 : Pour enrichir passes et acquérir assurance et contrôle dans les mouvements. **Nécessite 1 an ou plus** de cours réguliers ainsi qu'une bonne maîtrise des pas et passes de base.

Niveau 3 : Pour se perfectionner et acquérir la capacité à contrôler sa danse dans l'interprétation musicale.

Nécessite les deux niveaux précédents de cours réguliers ainsi que des pratiques en stages et soirées dans la danse concernée.