

# Toca Danse | Mini sessions estivales 2026

Les mini sessions sont des cours de groupe de 3 ou 4 semaines conçus pour vous initier à de nouveaux styles de danse ou pour vous permettre d'explorer de nouvelles facettes des styles que vous

Bloc 1 : Du 29 juin au 31 juillet 2026

Mini sessions	Description	Prérequis	Studio	# cours	Date Début	Date Fin
Salsa : shines & chorégraphie	Brillez en solo! Durant cette mini-session, vous apprendrez une courte chorégraphie qui améliorera vos mouvements de bras, vos jeux de pieds et votre sens du rythme.	Danses Latines - Débutant II ou l'équivalent	Studio 1	4	2026-06-29	2026-07-20
Bachata : ladies styling	Explorez différents éléments de styling pour déployer votre féminité, gagner en confiance et assumer davantage votre style sur la piste de danse.	Danses Latines - Débutant II, Bachata 1 ou l'équivalent	Studio 1	4	2026-06-29	2026-07-20
Kizomba : technique de guide et suivi	Que vous guidiez ou suiviez, vous développerez des techniques essentielles pour mieux comprendre l'intention de votre partenaire et danser sans confusion.	Kizomba 1 ou l'équivalent	Studio 1	4	2026-06-30	2026-07-21
Danses latines : isolation de mouvements	Apprenez à bouger vos hanches, vos épaules et votre torse de manière indépendante et avec intention. Isolez vos mouvements pour interpréter davantage la musique.	Danses Latines - Débutant II ou l'équivalent	Studio 2	3	2026-07-09	2026-07-23
Fondements de Ballet pour danseurs latins	Posture, équilibre, précision et contrôle. Apprenez des notions fondamentales du Ballet qui bonifieront votre maîtrise de la Salsa et de la Bachata. Ouvert à tous, hommes et femmes.	Danses Latines - Débutant II ou l'équivalent	Studio 2	3	2026-07-09	2026-07-23
Kizomba : introduction	La Kizomba est une danse de connexion, axée sur l'écoute et l'intention. Apprenez à reconnaître sa musique et découvrez les techniques de base pour rejoindre le plancher de danse dès votre prochaine soirée.	Aucun	Studio 1	3	2026-07-09	2026-07-23
Bachata : inversion des rôles	Prêts à changer de perspective? Invertissons les rôles : messieurs deviennent interprètes et mesdames prennent les commandes! Se mettre à la place de l'autre fera de vous un ou une meilleur(e) partenaire.	Danses Latines - Débutant II, Bachata 1 ou l'équivalent	Studio 1	3	2026-07-09	2026-07-23

Salsa : connexion et musicalité	Dancez en harmonie avec la musique et votre partenaire! Améliorez votre oreille musicale et apprenez à interpréter la musique à deux.	Danses Latines - Inter I ou l'équivalent	Studio 2	3	2026-07-13	2026-07-27
Cha-cha : rythme et style	Le rythme "cha-cha-cha" est propice à une grande variété d'interprétations. Apprenez à danser sur le bon temps et à harmoniser chacun de vos mouvements avec style au rythme de la musique.	Danses Latines - Inter I ou l'équivalent	Studio 2	3	2026-07-13	2026-07-27
Salsa : entraînement technique	C'est l'heure des drills! Révisez vos pas et figures de bases pour les exécuter à la perfection. C'est sur des fondations solides que se construisent les meilleurs salseros!	Danses Latines - Inter II ou l'équivalent	Studio 2	3	2026-07-14	2026-07-28
Salsa on 2 : introduction	En Salsa on 2, l'accent est mis sur les temps 2 et 6. Ce style donne une sensation de fluidité et permet aux danseurs de jouer davantage avec la musique et ses nuances rythmiques. Curieux? Venez essayer!	Danses Latines - Inter II ou l'équivalent	Studio 2	3	2026-07-14	2026-07-28

**Bloc 2 : Du 3 août au 4 septembre 2026**

Mini sessions	Description	Prérequis	Studio	# cours	Date Début	Date Fin
Kizomba : connexion et musicalité	Dancez en harmonie avec la musique et votre partenaire! Améliorez votre oreille musicale et apprenez à interpréter la musique à deux pour approfondir votre connexion.	Kizomba 1 ou l'équivalent	Studio 1	4	2026-08-04	2026-08-25
Bachata : musicalité	Ce cours unique combine théorie et pratique pour vous aider à mieux comprendre la structure de la musique. Vous apprendrez à repérer le premier temps, repérer les pauses et les changements de tempo.	Bachata 2 ou l'équivalent	Studio 1	4	2026-08-06	2026-08-27
Bachata traditionnelle : introduction	Plongez dans les origines de la Bachata! Découvrez le style traditionnel dominicain, axé sur les jeux de pieds dynamiques et la connexion entre les partenaires.	Danses Latines - Débutant II, Bachata 1 ou l'équivalent	Studio 2	4	2026-08-06	2026-08-27
Bachata : shines choré.	Brillez en solo! Durant cette mini-session, vous apprendrez une courte chorégraphie qui améliorera vos mouvements de bras, vos jeux de pieds et votre sens du rythme.	Bachata 2 ou l'équivalent	Studio 2	4	2026-08-06	2026-08-27

Bachatango : introduction	Explorez de nouvelles figures et éléments de style dans lesquels la sensualité de la Bachata fusionne avec l'élégance du Tango. Élargissez vos options sur la piste et affinez votre style.	Bachata 2 ou l'équivalent	Studio 1	4	2026-08-06	2026-08-27
Baladi : introduction	Découvrez cette danse orientale puissante et libératrice, qui permet de se reconnecter à soi et d'assumer pleinement sa présence. Le tout dans un espace bienveillant, accessible et vibrant, fidèle à la signature Toca.	Aucun	Studio 1	3	2026-08-17	2026-08-31
Salsa : fluidité technique guide et suivi	Que vous guidiez ou suiviez, vous développerez des techniques essentielles pour mieux comprendre les intentions de votre partenaire, améliorer votre réactivité et danser avec plus de clarté et de plaisir.	Danses Latines - Débutant II ou l'équivalent	Studio 2	3	2026-08-17	2026-08-31
Baladi : styling pour danseurs latins	Utilisez les techniques d'isolation du Baladi pour libérer vos mouvements de hanches et l'élégance de vos bras. Votre Salsa et votre Bachata seront plus fluides et expressives. Ouvert à tous, hommes et femmes.	Danses Latines - Débutant II ou l'équivalent	Studio 1	3	2026-08-17	2026-08-31
Heats : intro à la compétition	Un heat est une compétition où l'on improvise sur une musique surprise. Apprenez comment capter l'attention des juges, occuper l'espace, et briller dans l'instant grâce à des conseils pratiques et plusieurs mises en situation.	Danses Latines – Inter II ou l'équivalent	Studio 2	3	2026-08-17	2026-08-31
Salsa : technique de spin	Le secret des tours réussis réside dans le travail d'équipe : un guidage net et une exécution stable. Cette mini-session donne aux guides les clés pour diriger les spins avec précision, et aux interprètes la technique pour les exécuter avec un équilibre	Danses Latines – Inter II ou l'équivalent	Studio 2	3	2026-08-18	2026-09-01
Latin Hustle : introduction	Découvrez cette danse sociale dynamique, qui fusionne des éléments de Salsa et de Swing. Vous apprendrez les pas de bases et quelques figures clés dans une ambiance disco. Une initiation suffit pour s'amuser en soirée!	Aucun	Studio 2	3	2026-08-18	2026-09-01