

A

B

C

D

90.salsa7vége (Karos-Spa****) órarend	Péntek	időpont	A (Gála I - nagyterem)				B (Gála II - hátsó kisterem)											
			óra témája	szint	oktató(k)		óra témája	szint	oktató(k)									
				tól	ig				tól		ig							
		17:00-17:55	Winterbody Vandával ! (Edzés)	m.sz.	Vanda													
		21:00 - 21:30	Salsa alaplépések tanítása TELJESEN KEZDŐKNEK															
	21:30 - 22:00	Bulifelvezető közös táncok, animációk az oktatókkal																
	22:00 - 01:00	SALSA PARTY dresscode: TÖK jó party				BACHATA PARTY (DJ Solydo)												
	Szombat	időpont	A (Gála I - nagyterem)				B (Gála II - hátsó kisterem)				C (előtér)				D (torna terem) CSAK sportcipőben v. zokniban			
			óra témája	szint	oktató(k)		óra témája	szint	oktató(k)		óra témája	szint	oktató(k)		óra témája	szint	oktató(k)	
				tól	ig				tól		ig				tól		ig	
12:00-12:30		12.00-tól szendvicsek (a nagyterem előtt)				12.00-tól szendvicsek (a nagyterem előtt)				12.00-tól szendvicsek (a nagyterem előtt)				12.00-tól szendvicsek (a nagyterem előtt)				
12:30-13:25		Timba (S)	kh2	h2	Nelson	Casino Rodeo figura (Cs)	k2	kh1	Csabi	Kritti					Salsa (Cs) Alapok ismétlése	k1	Belián Enikő	
13:30-14:25		Man Style (S)	kh2	h2	Nelson	Lady style (S)	m.sz.		Sági						Salsa (Cs) Figurák a buliba 1.	k1	Belián Enikő	
14:30-15:00		30 perc ebédszünet (szendvicsek a nagyterem előtt)				30 perc ebédszünet (szendvicsek a nagyterem előtt)				30 perc ebédszünet (szendvicsek a nagyterem előtt)				30 perc ebédszünet (szendvicsek a nagyterem előtt)				
15:00-15:55		Son (középhaladó)	kh2	h2	Siti	Zsani	Casino Rodeo variációk (Cs)	k2	kh1	Csabi	Sági	Bachata - Dominican Flow	m.sz.	Barny Lily	Salsa (Cs) Figurák a buliba 2.	k1	Peti Vussy	
16:00-16:55		Llanta (T)	kh2	h2	Andris	Zsani	SON alapok	k2	kh1	Siti	Kritti	Bachata - Bachata Fusion Top Moves	m.sz.	Barny Lily	Salsa (Cs) Figurák a buliba 3.	k1	Vussy	
17:00-17:55		Casino Nudos (Cs)	kh2	h2	Andris	Kritti	Salsa - figurasor (Cs)	k2	kh1	Siti	Vanda	Bachata - New Wave Bachata	m.sz.	Barny Lily	Izoláció (S)	m.sz.	Vussy	
18:00-19:00	Nyújtás (polifoam, törölköző)	m.sz.		Vussy										Reggaeton (S)	m.sz.	Vanda		
22:00-02:00	SALSA PARTY dresscode: White party (Fehér)				BACHATA PARTY (DJ Solydo)													
Vasárnap	időpont	A (Gála I - nagyterem)				B (Gála II - hátsó kisterem)				C (előtér)								
		óra témája	szint	oktató(k)		óra témája	szint	oktató(k)		óra témája	szint	oktató(k)						
			tól	ig				tól		ig				tól		ig		
	10.00-10.55	Pa'fuera con arriba (Cs)	kh2	h2	Peti	Zsani	Salsa (Cs) - reggeli átmozgató	k1	Belián	Vussy	Salsa díszítések (Cs)	k2	kh1	Siti	Enikő			
	11:00-11:55	Casino Rueda / Ponche (P)	kh2	h2	Csabi	Sági	Salsa (Cs) - még figurák	k1	Peti	Kritti	Salsa partnerwork (mtheaf*) (Cs)	k2	kh1	Zsani				
12:00-12:55	Rueda en la Calle (Cs)	kh2	h2	Andris	Kritti	Salsa (Cs) - ami a csövön kifér	k1	Csabi		Salsa (CS) - ami a csövön kifér	k2	kh1	Peti	Vanda				
13:00-13:30	Közös levezető örömtánc mindenkinek az oktatókkal																	

A program változtatás jogát fenntartjuk!

90.salsa7vége órarend, frissítve: 2025.11.12
Minden infó online itt: www.salsadiabolica.hu/zalakaros

Jelmagyarázat
(cs) - párcserélős
(p) - páros (de cserélünk folyamatosan)
(s)- suelta/szóló
(T) - 2 fiú 2 lány

SALSA Szintbesorolás
teljesen kezdő - most kezdi a salsát
kezdő 0 - világos sárga (1-2hó)
Kezdő 1 - sárga (2-3hó)
Kezdő 2-világos narancs (3-6hó)
Középhaladó 1-világos zöld (6-10hó)
Középhaladó 2 - világos kék (10-18hó)
Haladó 1 - ezüst (1,5-2év)
Haladó 2 - arany (2-3év)
m.sz. - minden szintnek
Bachata
SALSA PARTY

Óramagyarázat	
Lady style	Főszerepben a lányok! Szóloban szépíthetjük táncunkat, fókuszban a nőies, kecses mozgás fejlesztése lesz.
Man Style	A figuravezetés nem minden, érdemes a saját mozgásra is figyelmet fordítani, hogy még látványosabb legyen végül a kivitelezés.
Bachata	Ha nem most ismerkednél az alaplépésekkel, akkor Barny és Lily bachata órái hihetetlen új élményekkel gazdagítanak majd
Son	A Son gyönyörű, tradicionális, páros tánc, melyben a táncosok a 2. ütemre (contra tiempo) táncolnak. A salsa ősének is mondhatjuk. Nem csak a tánc, zenéje is magával ragadó.
Salsa partnerwork (mtheaf)	mtheaf = mit tegyek ha elenged a fiú, avagy megoldások pár nyolcason belül mindkét nem számára
Llanta	Játék a térformákkal, azon belül is hasznosítjuk a pa'fuera és dos parejas ismereteket. Fontos! Páros párban lehet részt venni az órán, így érdemes már 2 fiú 2 lány felállást megbeszélni előtte.
Casino Nudos	Csomózós figurák
Pa'fuera con arriba	Nemcsak hogy kiforgatjuk a ruedát, de ha ez megvan, még az irányokkal is játszunk egy kicsit
Casino Rueda / Ponche (P)	Mexikói és egyes más latin-amerikai szlengben a "ponche" ütést vagy leütést is jelenthet.

VENDÉG OKTATÓK / DJ:



Bachata:
BARNY X LILY



Bachata DJ:
DJ SOLYDO



Salsa
NELSON VERA
(VENEZUELA)