

Dans sa forme la plus simple, c'est une danse en ronde sans notion d'alternance cavalier-cavalière. Elle alterne deux parties :

1. un déplacement collectif sur la ligne de ronde.
2. une figure sur place.

Les pas de base pour tous les cycles

Au départ, tous les danseurs se placent en formant une grande ronde. Le placement des danseurs est libre, même si l'alternance cavalier-cavalière pourra être proposée.

1^{ère} partie : le déplacement collectif

Sur 4 x 8 temps, l'ensemble des danseurs se déplace vers la gauche en pas sauté ou pas d'écolier. Cette partie est aussi le temps de « récupération »

2^{ème} partie : la figure sur place

Cette partie est assez « physique » et sollicite beaucoup les chevilles. Chacun doit donc gérer son énergie.

Sur place tous les danseurs vont sautiller sur place sur 2x16 temps, l'amplitude des sautilllements étant libres.

La figure se décompose ainsi :

a) 2 pas sautillés sur le pied gauche, le pied droit en l'air devant (2T)

b) 2 pas sautillés sur le pied droit, le pied gauche en l'air devant (2T)

c) 2 pas sautillés sur le pied gauche, le pied droit en l'air **derrière** (2T)

d) 2 pas sautillés sur le pied droit, le pied gauche en l'air **derrière** (2T)

Puis même figure sur un seul sautilllement

e) 1 pas sauté sur le pied gauche, le pied droit en l'air devant (1T)

f) 1 pas sauté sur le pied droit, le pied gauche en l'air devant (1T)

g) 1 pas sauté sur le pied gauche, le pied droit en l'air **derrière** (1T)

h) 1 pas sauté sur le pied droit, le pied gauche en l'air **derrière** (1T)

Puis reprise des 2 premiers éléments

i) 2 pas sautillés sur le pied gauche, le pied droit en l'air devant (2T)

j) 2 pas sautillés sur le pied droit, le pied gauche en l'air devant (2T)

De a à j, à faire 2x entièrement

Alterner ainsi les 2 parties jusqu'à la fin

Variante cycle 2,3

Déplacement :

Les danseurs peuvent être répartis en plusieurs rondes, les unes dans les autres. On peut aussi faire des chaînes plutôt que des rondes, qui se déplacent librement dans l'espace de danse.

La ronde peut changer de sens de déplacement tous les 8 temps ou au bout de 16 temps

Figure :

Les danseurs peuvent se lâcher les mains pour ne pas se déséquilibrer mutuellement.

Les danseurs peuvent se faire face 2 à 2

Les danseurs peuvent remplacer les 4 sautillés simples par des doubles et doubler la partie a,b,c,d.

Conseils-remarques :

- Bien faire écouter la musique et faire observer qu'il n'y a aucun répit dans la figure 2.
- Bien mettre en évidence les différentes « places » du pied en l'air. (gauche ou droite, derrière ou devant)
- Limiter l'amplitude des sautilllements sur place.