



## BOURGUIGNONE

|                      |                                    |
|----------------------|------------------------------------|
| <b>ORIGINE</b>       | Bourgogne                          |
| <b>FORMATION</b>     | En cercle alterné H/F              |
| <b>PAS</b>           | Pas sauté (pose saute, pose saute) |
| <b>MUSIQUE</b>       | La Bourgogne (Hodari p.245)        |
| <b>DÉMONSTRATION</b> |                                    |

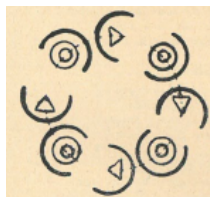
En cercle (on peut commencer en chaîne ouverte mais il faudra fermer le cercle à la fin du refrain), se donner les mains (coudes pliés en bas/mains en l'air)

### ÉVOLUTION

Refrain (figure sur 6 temps) :

- (1) écarte pied G à Gauche,
  - (2) croise pied D derrière le pied G,
  - (3) ouvre pied G à G,
  - (4) saute sur le pied G en croisant le pied D en l'air devant le pied G,
  - (5) pose pied D à Droite
  - (6) saute sur le pied D en croisant le pied G en l'air devant le pied D
- [le tout x9]

Couplet 1:



Le cavalier se tourne vers sa cavalière de Droite, ils se donnent la main D.  
Bras G à la taille pour le cavalier, main G tenant la jupe pour la cavalière.

« Au sein d'une vigne j'ai reçu le jour » :

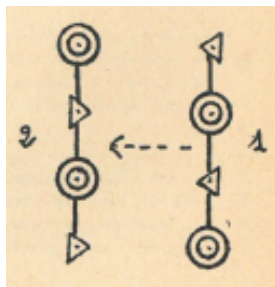
Sauter d'un pied sur l'autre sur place en commençant par le pied D (pose pied D, puis saute sur le pied D avec le pied G en l'air croisé devant le D, puis pose pied G, puis saute pied sur le pied G avec le pied D en l'air croisé devant le G). (le tout 2x)

« Ma mère était digne de tout mon amour » :



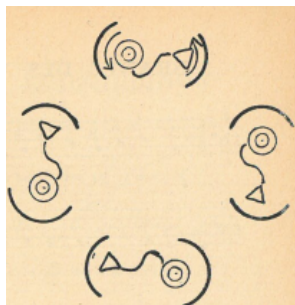
Toujours en sautant d'un pied sur l'autre, le cavalier fait tourner sa cavalière : il lève son bras D et la cavalière passe dessous (tour SAM).  
« Depuis ma naissance, elle m'a nourri, En reconnaissance mon cœur la chérit ».  
Recommencer le tout, mais à la fin c'est la cavalière qui fait tourner le cavalier.  
Reformer aussitôt le cercle pour le refrain !

### Couplet 2 :



Se tenir par les coudes et, tout en sautant d'un pied sur l'autre, se déplacer pour former deux lignes face à face  
Tout en sautant toujours d'un pied sur l'autre, les deux lignes s'approchent en 8 temps puis s'éloignent en 8 temps. (x2)  
Reformer aussitôt le cercle pour le refrain !

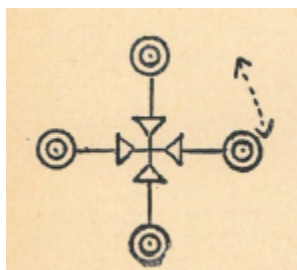
### Couplet 3 :



Le cavalier se tourne vers sa cavalière de Droite, ils se tiennent par le coude D, Bras G à la taille pour le cavalier, main G tenant la jupe pour la cavalière.  
Tout en sautant toujours d'un pied sur l'autre, ils tournent 16 temps SAM (Sens des Aiguilles d'une Montre) puis 16 temps SIAM (Sens Inverse des Aiguilles d'une Montre)  
Reformer aussitôt le cercle pour le refrain !



#### Couplet 4 :



Les cavalières s'avancent vers le milieu pour tourner sur le cercle SAM pendant 16 temps, main D sur l'épaule D de la cavalière devant elle, main G dans la main D du cavalier (qui tient son bras G à la taille), puis 16 temps SIAM idem.

Reformer aussitôt le cercle pour le refrain !

Dernier refrain : en chaîne ouverte (= farandole !)

#### **EXPLICATIONS À DIRE**

Refrain : écarte, croise, pose, saute, pose, saute (x9)

1. Cavalier à Droite ! pose saute, pose saute, pose saute, pose saute... ca-va-lièr' - tourn'  
Pose saute, pose saute, pose saute, pose saute, ca-va-lier - tourn'.
2. Coudes, en lignes ! pose saute en s'écartant, pose saute en s'approchant (bis)
3. Cavalier à D, coudes ! tourniquet SAM 16 temps, tourniquet SIAM 16 temps
4. Femmes au centre, tournez SAM 16 temps, SIAM 16 temps.

#### **CONSEILS**

Pour éviter aux danseurs de s'essouffler, un petit chœur peut chanter tout le chant.

#### **Variante :**

Les danseurs forment un cercle, se tenant les mains au niveau des épaules

Pas du pied gauche à gauche

Pas du pied droit à gauche, derrière le pied gauche,

Pas pied gauche,

Pied droit balancé à gauche devant pied gauche

Pied gauche balancé devant



## BOURREE DE NASBINAL

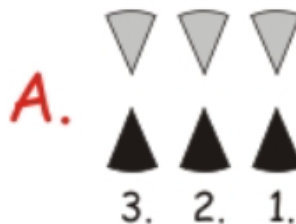
|                      |                                                                         |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| <b>ORIGINE</b>       | Auvergne.<br>"Les garçons de la montagne"                               |
| <b>FORMATION</b>     | 3 couples face à face                                                   |
| <b>PAS</b>           | Pas de bourrée, pas de valse sur le côté                                |
| <b>MUSIQUE</b>       |                                                                         |
| <b>DÉMONSTRATION</b> | <a href="https://youtu.be/XMjUJfN3mQE">https://youtu.be/XMjUJfN3mQE</a> |

Les 3 cavaliers font face aux 3 cavalières. Le couple numéroté 1 est le couple dont le garçon est le plus à droite

Commune à la bourrée du Puy de Dôme (La Louise), seule la première partie diffère

### ÉVOLUTION

#### Partie 1



Le couple 1 passe en 2 pas de bourrée entre les couples 2 et 3 pendant que ceux-ci se déplacent vers la droite des cavaliers. Ensuite, le couple fait 2 pas de bourrée sur place. L'ordre des couples est maintenant de droite à gauche, 2,3,1.

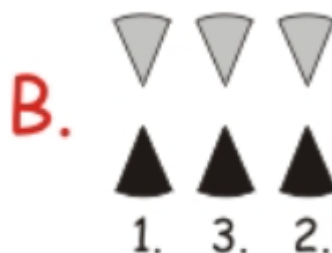
Le couple 2 passe maintenant entre les couples 3 et 1 en 2 pas de bourrée, pendant que ceux-ci se déplacent vers la droite des cavaliers, puis fait 2 pas de bourrée sur place. L'ordre des couples est maintenant de droite à gauche 3, 1, 2.

Le couple 3 passe maintenant entre les couples 1 et 2 en 2 pas de bourrée pendant que ceux-ci se déplacent vers la droite des garçons, puis fait 2 pas de bourrée sur place. L'ordre des couples est maintenant, de droite à gauche, 1, 2 et 3.



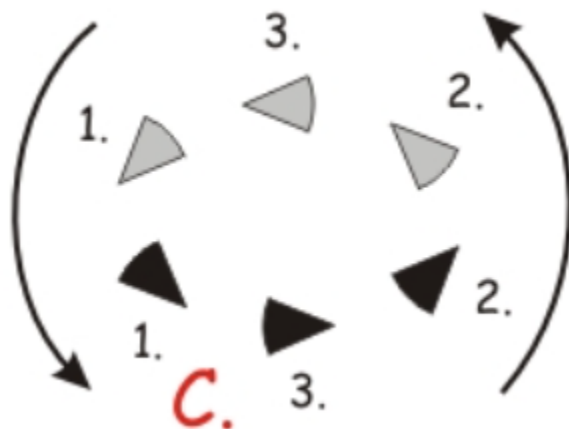
Le couple 1 passe, en 2 pas de bourrée, entre les couples 2 et 3 pendant que ceux-ci se déplacent vers la droite des garçons. Ensuite, le couple fait 2 pas de bourrées sur place. L'ordre des couples est maintenant, de droite à gauche, 2, 3 et 1.

En fin de 1ère partie, les couples sont décalés de 1.



## Partie 2

Les danseurs font 1 fois le tour de la danse dans le S.C.A.M. en se suivant. Ils se déplacent en tournant sur eux-mêmes. En fin de seconde partie, les danseurs retrouvent la position qu'ils avaient en début de seconde partie.



S'ils arrivent à leur place avant la fin de la musique, ils continuent le pas de bourrée sur place.

Une variante est de faire la moitié de la 2ème partie dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. et la seconde moitié dans le sens des aiguilles d'une montre.



Les danseurs reprennent la 1ère partie, mais le couple 2 est devenu le couple 1.

**Commentaire important.**

*Autre commentaire.*

## **EXPLICATIONS À DIRE**

1. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.
2. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.



## DEROBEE DE GUINGAMP

|                      |                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ORIGINE</b>       | Bretagne.<br><i>Les dérobées sont surtout connus dans les Côtes d'Armor. On rapporte la dérobée dès 1835 à St Brieux et Moncontour. On fait le rapprochement avec la Monfarine d'Italie du Nord.</i> |
| <b>FORMATION</b>     | Couples en cortège                                                                                                                                                                                   |
| <b>PAS</b>           | Pas d'écoliers                                                                                                                                                                                       |
| <b>MUSIQUE</b>       | Dérobée de Guingamp - Laerdeg                                                                                                                                                                        |
| <b>DÉMONSTRATION</b> | <a href="https://youtu.be/OmOJuaee8tk">https://youtu.be/OmOJuaee8tk</a>                                                                                                                              |

### ÉVOLUTION

#### La dérobée de Guingamp

Il s'agit d'un cortège. La partie A (2 phrases de 8 temps) est une promenade. La partie B (2 phrases de 8 temps) comporte une figure. Actuellement la dérobée de Guingamp s'exécute en formation de huit couples disposés en cortège. Elle comporte six figures différentes : c'est une réunion de figures pratiquées dans plusieurs endroits et de différentes époques.

#### 1ère figure : « double courbe » ou « dérobée » (16 temps)

L'appellation « dérobée » de cette figure est assez curieuse. Cela vient certainement du fait qu'il est plus facile de dérober une cavalière pendant cette figure car elle se retrouve seule pendant un moment.

Les danseurs du premier couple se séparent au temps 1, décrivent un demi-cercle, remontent le cortège (bras droit ballant, main gauche à la hanche pour le cavalier, main gauche à la jupe pour la cavalière). Ils sont suivis par les autres couples qui eux aussi se séparent aux temps impairs. Le pas est sautillé (pas d'écolier).

Promenade (16 temps) : sautillement. Elle commence au moment où le premier couple se retrouve, le dernier couple vient de se séparer. Les danseurs se retrouvent aux temps impairs.



*Parcours de la  
double courbe*

*Le « tourniquet » ou  
« moulin à quatre »*

**2e figure : « Le tourniquet » ou « moulin à quatre » (16 temps)**

Profitant des derniers temps (13, 14, 15, 16) en pas marchés de la promenade, les couples de rang impair font face aux couples de rang pair, en se retournant vers la gauche (le cavalier entraîne sa cavalière). Les deux derniers couples se mettent en position sans avoir repris le sens de la marche.

Au temps 1, les danseurs forment un tourniquet en tendant le bras droit vers le centre, les cavaliers saisissant le poignet de la cavalière de l'autre couple, les cavalières le poignet de leur cavalier. Le tourniquet tourne dans le sens des aiguilles d'une montre. Le pas est sautillé. Des bras bien tendus favorisent une bonne rotation. Durant les quatre derniers temps, les couples reprennent leur place dans le cortège tout en conservant le pas d'écolier.



**Promenade (16 temps) en cortège : sautillement (pas d'écolier).**



### **3e figure : Les traversées (16 temps)**

Même mise en place des couples impairs que pour la 2e figure. Le pas est marché.

Première traversée

Au temps 1, les danseurs se lâchent, se croisent sur 4 temps, départ pied gauche (cavaliers à l'extérieur, cavalières à l'intérieur et épaule gauche contre épaule gauche). Les couples se reforment (temps 4), font demi-tour au 5e temps et rebondissent sur place les 6e, 7e et 8e temps en vis-à-vis, prenant appui sur le pied droit, le pied gauche légèrement en avant.

Deuxième traversée

Même mouvement sur les 8 temps suivants. Toutefois, le couple de rang impair, au lieu de rebondir sur place, utilise ces quatre derniers temps pour achever un tour complet en marchant afin de se repositionner en promenade.

**Promenade (16 temps) en cortège : sauttillement.**

### **4e figure : Les saluts (16 temps)**

Cette figure se fait en marchant.

1 - Les danseurs se libèrent la main gauche, s'écartent de trois pas en se faisant face et se saluent sur le troisième temps (gauche, droit, salut pieds joints).

2 - Cavalier et cavalière du même couple se croisent en 5 pas et se saluent une deuxième fois sur le 8e temps (départ pied gauche, droit, gauche, droit, salut pieds joints).

3 - Les danseurs reprennent leur première position en 5 pas et se saluent une 3e fois sur le 13e temps (départ pied gauche, droit, gauche, droit, salut pieds joints).

4 - Les trois derniers temps sont utilisés pour reprendre la position de promenade (droite, gauche, droite).

**Promenade (16 temps) en cortège : sauttillement.**

### **5e figure : Le pont (16 temps)**

Le couple de tête, se tenant par la main droite, se fait face et lève le bras au temps 1 pour laisser passer les couples suivants qui viennent se ranger chacun à leur tour aux côtés immédiats du premier. Pour former le pont, chaque couple doit lever le bras au temps impair qui correspond à son rang. Au 15e temps, le pont doit être complet. En sortant du pont, il faut s'écarter suffisamment pour faciliter le passage des autres couples. Le pas est marché. Pendant ce temps, les couples formant déjà le pont progressent dans le sens inverse de la marche du cortège, à raison d'un pas



latéral par temps impair (cavalier : pied droit, cavalière : pied gauche). Les pieds sont joints aux temps pairs.

**Promenade (16 temps)** : Au temps 1 de l'air suivant, le premier couple rentre sous le pont et continue sa progression après en être sorti. Les autres couples le suivent au temps impair qui correspond à leur rang. Les danseurs marchent sous le pont et reprennent le pas sautillé à la sortie.

**6e figure : Le pont dérobée (16 temps)**

Seul le premier couple fait le pont au temps 1. Le couple suivant passe sous les bras, se sépare aussitôt et exécute le même mouvement qu'à la première figure (double courbe). Il entraîne les autres couples à sa suite (séparation aux temps impairs). Le couple de tête se sépare lui-même à la suite du 8e couple au temps 1 de la promenade suivante. Il se trouve ainsi placé le dernier pour la série de figures suivante. Cette figure entraîne une permutation des rangs pairs et impairs des couples.





**Commentaire important.**

*Autre commentaire.*

## **EXPLICATIONS À DIRE**

1. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.
2. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.



## HORA CA LA CAVAL

|                      |                                                                                                                                                                       |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ORIGINE</b>       | Roumanie<br><i>Popularisée en Occident en 1980. Le caval est une flûte pastourale roumaine traditionnelle, mais la danse est plus souvent jouée à la flûte de PAn</i> |
| <b>FORMATION</b>     | Chaîne ouverte ou fermée                                                                                                                                              |
| <b>PAS</b>           | Pas de marche                                                                                                                                                         |
| <b>MUSIQUE</b>       | The Original Balkan Jam. Red Tape. "Panpipe dream"<br>Noroc Vol 1<br><a href="https://youtu.be/Maj0XurEllo">https://youtu.be/Maj0XurEllo</a> (Zamfir)                 |
| <b>DÉMONSTRATION</b> | <a href="https://youtu.be/oDLVLTBJLYk">https://youtu.be/oDLVLTBJLYk</a>                                                                                               |

### ÉVOLUTION

#### Partie 1 :

Commencez face au centre.

Mesure 1 : Avancez au centre avec le pied gauche (1). Petit pas sur le pied gauche (2). Reculez du centre avec le pied droit (3). Petit pas sur le pied droit (4).

Mesure 2 : Posez le pied gauche à gauche (1). Posez le pied droit derrière le pied gauche (2). Posez le pied gauche (3). Touchez le sol avec la pointe du pied droit à côté du pied gauche (4).

Mesure 3 : Face au centre et en vous déplaçant dans le sens de la marche, posez le pied droit (1). Touchez le sol avec la pointe du pied gauche à côté du pied droit (2). Posez le pied gauche dans le sens de la marche (3). Touchez le sol avec la pointe du pied droit à côté du pied gauche (4).

Mesure 4 : Toujours en vous déplaçant dans le sens de la marche, posez le pied droit (1), le pied gauche (2), le pied droit (3). Touchez le sol avec la pointe du pied gauche à côté du pied droit (4).

Mesures 5 à 8 : Répétez les mesures 1 à 4.

#### Partie 2 (Hora Mare) :

Mesure 1 : En vous déplaçant en diagonale vers la droite vers le centre, posez le pied gauche (1), le pied droit (2), le pied gauche (3). Touchez le pied droit à côté du pied



gauche (4).

Mesure 2 : En reculant sur la diagonale droite, posez le pied droit (1), le pied gauche (2), puis le pied droit (3). Touchez le pied gauche à côté du pied droit (4).

Mesures 3 à 8 : Répétez les mesures 1 et 2 trois fois de plus, soit 4 fois au total.

Alternez les pas jusqu'à la fin du morceau.



## SIRTAKI (DANSE DE ZORBA)

|                      |                                                                                                                                                                                  |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ORIGINE</b>       | Grecque.<br><i>Créée en 1964 pour le film, elle est rapidement devenue un symbole national, représentatif de l'identité grecque. Vient du Syrto, danse traditionnelle lentes</i> |
| <b>FORMATION</b>     | Chaîne ouverte ou cercle                                                                                                                                                         |
| <b>PAS</b>           | Pas lent puis rapide                                                                                                                                                             |
| <b>MUSIQUE</b>       | <b>Zorba's dance</b> , Mikis Theodorakis                                                                                                                                         |
| <b>DÉMONSTRATION</b> | <a href="https://youtu.be/par4zqR6n80">https://youtu.be/par4zqR6n80</a><br><a href="https://youtu.be/5iR2bO9vEUc">https://youtu.be/5iR2bO9vEUc</a>                               |

### ÉVOLUTION

Les mains sont posées sur les épaules des danseurs à côté

2 pas à droite

2 pas à la gauche,

On pointe devant d'un pied et ensuite de l'autre;

pied croisé devant,

pointe des deux pieds

pied croisé derrière,

pointe des deux pieds;

pas croisés devant et derrière;

on avance le pied droit et on lève le pied gauche à l'arrière;

pointé croisé à l'extérieur de l'autre pied;

on lève le pied, ensuite on pointe à l'avant;

on compte à 8,