

Les Danses Standard

Particularités :

Elles se dansent en avançant le talon à chaque nouveau pas.

Le couple est en position fermée (les deux partenaires sont fermement en contact avec ce que l'on appelle un "cadre"), car une partie du guidage du danseur se fait via le corps. Notamment le démarrage. C'est cette position en contact qui a fait scandale au XIXe siècle lors du développement de la valse. Il est interdit d'ajouter ses propres figures aux figures codifiées.

- Valse lente (ou valse anglaise)
- Valse viennoise
- Tango (de salon) (différent du tango argentin)
- Quickstep



VALES

LA VALSE LENTE

On l'appelle aussi « valse anglaise » ou encore Boston. Cette danse a obtenu un grand succès à partir de 1874 grâce à la fluidité du mouvement, ce qui donnait une impression de glisser sur le plancher. Elle évoque le romantisme et la nostalgie.

LA VALSE VIENNOISE

L'allure est différente de celle de la valse française appelée aussi « valse musette », les déplacements sont plus importants avec des pas plus rapides, des inclinaisons et des élévations légères.

Origine et histoire de la valse

La valse vient de l'allemand « Walzer » qui signifie tourner en cercle. La valse a gagné ses lettres de noblesse dans les années 1780 à Vienne et s'est ensuite répandue en Occident. Elles se sont développées en opposition aux danses de cour dansées en Autriche ou dans les principautés allemandes. Ces danses de cour, telles que le menuet, étaient très formelles sous l'influence de la cour française de Versailles. C'est le roman de Goethe, *Les Souffrances du jeune Werther* (1774) qui présente une scène de bal avec valse et qui a assuré sa promotion définitive. Mais c'est la Révolution française qui a assuré le déclin de ces danses de cour et la pratique courante de la valse. Avec de plus les premières utilisations du parquet et des chaussures de cuir, qui permettaient de passer de pas sautés à des pas glissés. À compter de 1840, les danses de salon se sont nettement séparées des danses de ballet. Dans la seconde moitié du XIX^e siècle des compositeurs ont écrit des morceaux de valse relevant de la musique classique, en parallèle des milliers de titres de valse qui avaient été écrits pour être dansés. Le plus célèbre est *Le Beau Danube bleu*. La valse a été longtemps considérée comme inconvenante du fait de se retrouver en « couple fermé », c'est-à-dire l'homme face à la femme et non pas à côté comme dans les danses « bienséantes », telles que la gavotte ou le menuet par exemple. Le chevalier de Ségur disait en parlant d'une jeune fille : « Elle a son pucelage, moins la valse ».

La valse viennoise

Elle désigne une danse à pas rapides, sur un tempo compris entre 110 et 180 battements par minute. Les phrases musicales comportent 8 mesures. Il existe également des versions lentes (tempo de 60 à 80), parfois appelées *valse anglaise* ou *boston*. Dans les concours, la valse viennoise obéit actuellement à deux standards :

le *style international* : valse toujours dansée en position rapprochée, ce qui limite le nombre de figures. Ce style de danse est beaucoup plus élégant et complexe que le style suivant

le *style américain* : valse beaucoup plus libre, dans laquelle les partenaires peuvent rompre le contact pour effectuer des figures variées.

En valse viennoise, il est important de pivoter d'un tour complet sur 6 temps. C'est indispensable pour avancer en ligne droite et tenir la ligne de danse. La valse viennoise se danse le plus souvent à droite, avec des périodes plus courtes de valse à gauche pour éviter que la tête des danseurs ne tourne à force de danser dans un seul sens.

La valse lente

Forme de valse apparue dans le même temps que la valse viennoise au début du XIX^e siècle. Cette valse ne se dansait encore que sur deux temps et n'était qu'une simple évolution de la valse viennoise classique sur trois temps, remplaçant le deuxième temps par une pause. Cette façon de danser la valse s'étendit après la Seconde Guerre mondiale grâce à une nouvelle génération qui cherchait une façon stylisée et naturelle de danser la valse. La valse anglaise sur 3 temps se danse alternativement à droite et à gauche. Bien que plus lente, elle est réputée plus difficile que la valse viennoise. La valse anglaise est la forme moderne de l'ancien "boston", valse lente à 3 temps qui nous vient des États-Unis. Comme un bon nombre de danses, le boston se heurte aux chefs religieux du XIX^e siècle. Elle est toutefois acceptée, à la condition que la main de l'homme, qui doit tenir la taille de la femme, soit pudiquement enveloppée dans un gant ou, qu'au moins, elle tienne un mouchoir afin que ce contact jugé si osé soit moralement plus acceptable. C'est une valse plus lente que la viennoise mais où les danseurs peuvent ajouter de nouvelles figures. Importé en Europe par la colonie américaine dès 1867, le boston a un immense impact auprès du grand public à la fin du XIX^e siècle en raison de son exécution relativement simple. C'est entre 1920 et 1930 qu'un groupe de professionnels britanniques développe, entre autres, la valse anglaise pour en faire une danse sportive. Le rythme est peu à peu ralenti pour s'adapter aux ballades et aux chansons d'amour qui font le succès de nombreux compositeurs du XX^e siècle. C'est ainsi que la valse anglaise acquiert douceur et tendresse, et la poésie et le repos qui donnent à ses danseurs cette élégance particulière. Le tempo idéal de la valse anglaise est actuellement de trente mesures à la minute.

Quelques compositeurs de valse

- | | |
|-------------------------|----------------------------|
| ▪ Johannes Brahms | ▪ Camille Saint-Saëns |
| ▪ Frédéric Chopin | ▪ Jean Sibelius |
| ▪ Dimitri Chostakovitch | ▪ Johann Strauss père |
| ▪ Anton Diabelli | ▪ Johann Strauss fils |
| ▪ Gabriel Fauré | ▪ Richard Strauss |
| ▪ Reynaldo Hahn | ▪ Piotr Ilitch Tchaïkovski |
| ▪ Joseph Lanner | ▪ Émile Waldteufel |
| ▪ Franz Liszt | ▪ Maurice Ravel |
| ▪ Olivier Métra | ▪ Juventino Rosas |
| ▪ Serge Prokofiev | |



TANGO

Ses racines sont latines (Mauritanie, Espagne et enfin Argentine où il est connu depuis le XVII^e siècle). A l'origine danse des mauvais garçons et des femmes de petites vertus, il est sorti des bas quartiers pour conquérir de manière étonnante les plus beaux salons d'Europe, en particulier grâce à Carlos Gardel. Le vrai tango argentin est sévère, ardent, concentré, puissamment sobre, aux pas serrés, où les danseurs semblent animés par une passion rythmique intérieure qui change d'expression leurs moindres gestes. Le Tango dans son ensemble a une expressivité marquée et des mouvements rapides voire saccadés. Le tango est une danse de bal qui se danse à deux. C'est une danse d'improvisation, au sens où les pas ne sont pas prévus à l'avance pour être répétés séquentiellement,

mais où les deux partenaires marchent ensemble vers une direction impromptue à chaque instant. Un partenaire (traditionnellement l'homme) guide l'autre, qui suit en laissant aller naturellement son poids dans la marche, sans chercher à deviner les pas. Le terme *tango*, à l'étymologie incertaine, est originaire de la communauté noire d'Amérique latine issue de l'esclavage, et a connu divers sens au sein de cette communauté au cours des siècles, dont l'un des tout premiers fut celui-ci : *tango* : « Endroit où le négrier parquait les esclaves avant l'embarquement. »

Au tournant du siècle, dans le Río de la Plata, les danses de salon venues d'Europe, mazurkas, scottishs, vales... subissent l'influence des Noirs. Danses de Blancs, danses de Noirs, habaneras, s'influencent et s'imitent mutuellement.

Michel Plisson écrit: Les Noirs (anciens esclaves) empruntent de leurs anciens maîtres les danses de couples que la tradition africaine ignore. Les danses de salons européennes comme la mazurka, la polka se déforment à leur contact car les Noirs les investissent d'éléments culturels qui sont étrangers à ces danses. Le compadrito reprend des Noirs ces formules nouvelles, sans se rendre compte, qu'en se moquant des Noirs, il invente dans la danse des pas nouveaux. Issue des figures du candombe, c'est dans les bas-fonds et les bordels que cette alchimie se produit. » a l'aube du XX^e siècle, Tango et milonga sont des danses liées aux bordels. Il y a durant cette époque d'immigration massive, presque trois hommes pour une seule femme. La concurrence est donc rude et, du fait de la rareté des femmes, on danse souvent entre hommes. Le tout sur fond de nostalgie du pays éloigné, de pauvreté, du désir inassouvi. Les accents de cette danse naissante, incitera, à leur tour, les musiciens pour modifier les contours de la musique qui accompagnait la danse. Dans ces petits orchestres, la guitare et la flûte prédominent, bien avant que ne s'impose progressivement le bandonéon. Au début du XX^e siècle, de nombreux jeunes hommes de bonne famille aimant à s'encanailler et à séduire facilement, vont découvrir le tango. Il leur est cependant impossible de danser cette danse, immorale aux yeux de leur classe, avec les jeunes filles de leur milieu. C'est donc à Paris, lors de leurs voyages initiatiques de jeunes bourgeois, qu'ils initieront la société parisienne, cosmopolite et à l'affût de toutes les nouveautés pour s'égayer, à cette danse des bouges et des tripots. Très vite, le tango va être adopté par la capitale française.

Opposition entre « tango rioplatense » et « tango de salon »

Après la folie du tango en occident dans les années 1920, le tango originel s'est démodé fortement, mais il s'y est transformé et est devenu une danse importante parmi les danses de salon européennes. Dans les années 1990, lors de la renaissance, en Europe et dans le monde, du tango *originel* du Rio de la Plata, celui-ci fut qualifié par l'adjonction du qualificatif *argentin*, pour éviter la confusion et le distinguer du *tango de salon*, qui, en Europe, fut le plus connu et le plus pratiqué pendant soixante ans, jusque dans les années 1990. En effet, le tango façon *danse de salon* est un enseignement constitué de figures types (corté, habanera : pas de marche avant-arrière, pas pivoté, promenade, carré, carré déboîté, renversés) qui se succèdent aux pas à la rythmique prédéfinie (Lent et Vite), où les bustes restent relativement fixes, plutôt pratiquée lors de bals dits *rétro*, parmi les autres danses de salon. Le tango du Rio de la Plata, (Tango argentin) quant à lui, est une danse d'improvisation, où aucun pas et aucune séquence ne se répète fondamentalement (les pas de danses se *multiplient* plus qu'ils ne *s'additionnent*), que chaque danseur réinvente, dont la géométrie fondamentale de déplacement est le tour, et où les bustes sont plus souples et parfois mobiles.



FOXTROT QUICK STEP

Les danseurs de quick-step se déplacent très vite avec légèreté et semblent se détacher de la piste. Le Foxtrot et le Quickstep ont une origine commune. Dans les années 1920 de nombreux orchestres jouaient les Foxtrot avec un tempo trop rapide, ce qui contrariait certains danseurs et en réjouissait d'autres. Le tempo lent du Foxtrot fut ralenti encore plus et donna le Slow-Foxtrot, alors que le tempo rapide du Foxtrot devint le Quickstep. Cette danse est une création typiquement anglaise. Native de Londres, elle est dérivée du slow fox joué rapidement mais aussi influencée par le Charleston. C'est une danse gaie et très dynamique. Les pas sont construits sur de petits sauts et des croisements de pieds. Les danseurs de quick-step se déplacent très vite avec légèreté et semblent se détacher de la piste. Il est à noter qu'aujourd'hui le Quickstep est joué entre 48 et 52 mesures par minute alors que le

Slow-Foxtrot l'est à 30 mesures par minute. En 1925 la fièvre du Charleston influença le développement du Quickstep. Cette danse est la plus joyeuse et la plus dynamique des cinq danses de couple standardisées en compétition. Les pas de base sont simples et vite assimilés par les débutants qui en peu de temps ont du plaisir à danser le Quickstep. Les danseurs avancés découvrent que la musique permet de nombreuses variétés de pas avec des croisements de pieds et des petits sauts, des mouvements très rapides et des arrêts nets. L'ensemble devant être exécutés avec de la légèreté, de l'agilité et de la fluidité.



SLOW FOX TROT

Si l'on pouvait donner une image on dirait qu'il s'agit pour le couple à danser sur de l'eau sans faire de vagues. Cette danse est apparue en France en 1917, mais est née parmi les populations noires de New-York. Elle est influencée par le jazz swingué, ou encore le négro spiritual. Au fil des années, reprise par la population blanche, elle se transforma et évolua, pour finir loin de ses origines américaines dès les années 20. C'est aux anglais, une fois de plus, qu'on doit sa structure actuelle. Cette danse swinguée où la fluidité du mouvement et la distinction priment, reste la plus technique des danses standards. La musique du Slow Foxtrot est écrite en 4/4 et se joue à 30 mesures par minute. Elle nous vient de Foxtrot lequel joué à environ 48 mesures par minutes nous a donné également le Quickstep. Dans les années 1920 le Foxtrot lent fut modifié par des professeurs de danse Anglais. Ils lui ajoutèrent de nombreuses figures qui sont encore dansées aujourd'hui. En compétition c'est la danse préférée de nombreux danseurs avancés. Littéralement Slow Foxtrot signifie le " pas du renard ". Elle se compose de pas longs et fluides exécutés sur un ou deux temps de musique. La difficulté principale consiste à bien contrôler les élévations et les descentes durant les pas de marche arrière et avant. Lorsqu'on la pratique en danse sociale, c'est une danse lente très romantique et très agréable à exécuter. Nombreux sont les interprètes et les musiciens qui doivent une bonne part de leur succès au Slow fox comme Franck Sinatra ou Glenn Miller.

Les Danses Latines

- Samba
- Cha-cha-cha (appelé couramment Cha-cha)
- Rumba
- Paso doble
- Jive

Particularités :

Elles se dansent en **avançant la pointe du pied** à chaque nouveau pas.

Le couple est en position ouverte : Bien que face à face, les deux partenaires sont un peu écartés l'un de l'autre (ils ne sont pas en contact) Chacun peut ajouter ses propres figures aux figures codifiées

CHA CHA



Le cha-cha-cha est une danse joyeuse, insouciant et effrontée, elle est vite devenue la danse à succès dans toute l'Amérique. Né à Cuba en 1954, sur des rythmes afro-cubains assez rapide, cette danse tire ses origines du Mambo d'Amérique. Vers 1956, elle est importée en Europe et devient une Danse de Société très en vogue. Le mot «cha-cha-cha», qui désigne également une danse, n'apparaît que dans le morceau *Silver Star*, et provient du son produit par le frottement des pieds des danseurs sur le sol. Le Cha-cha-cha fait partie des danses de compétition dans la catégorie des danses latines. C'est-à-dire des danses où chacun peut ajouter ses propres figures en plus de celles recensées (à l'inverse des danses standard telles que la valse et le tango). Le Cha-cha-cha est une danse relativement simple à apprendre, mais le pas de base est un petit peu plus compliqué que celui des danses apparentées (rumba, mambo, salsa...). Sa principale caractéristique réside en effet dans le chassé effectué sur le « quatre-et-un » du décompte de la danse. Comme dans toutes les danses latines, c'est le garçon qui guide la fille.

Le pas de base :

temps 2 : le danseur avance son pied gauche en transférant le poids du corps vers l'avant (danseuse recule pied droit)

temps 3 : le danseur transfère le poids du corps vers l'arrière (le pied droit - danseuse : pied gauche)

temps 4 et 1 (ou « cha-cha-cha ») : le danseur exécute un chassé vers la gauche (la danseuse vers la droite)

On recommence alors en inversant les rôles entre danseur et danseuse. Le Cha-cha-cha est une musique entraînante, qui se caractérise par un décompte original : on compte "deux-trois", "quatre-et-un", ce dernier correspondant au "cha-cha-cha" ayant donné son nom à cette danse. Le tempo du Cha-cha-cha tourne le plus souvent autour de 100/120 pulsations à la minute.

Principales figures

- Pas de base
- Pivot danseuse à droite
- Pivot danseuse à gauche
- Pivot danseur à droite
- 3 Pivots
- Tour sur place (Spot turn)
- Newyork
- Ouverture ou hand-to-hand
- Cucaracha
- Épaule contre épaule ou Shoulder-to-shoulder
- Alemana
- Tours alternés
- Poursuite
- Poursuite "indienne"
- Carré
- Carré tournant
- Étoile américaine
- Espagnole
- La cape ou body cross
- Lambada
- Tour du monde
- Tour du monde à deux mains
- Serviette turque
- Berceau épaule
- Berceau taille
- Fan
- Fan avec sortie en hockey stick
- Boucle
- Balance
- Enroulé danseur en shadow
- Bossu
- Cuban break
- Recul avec stop turn pointé
- Passage sous le bras tourné
- Natural spin turn



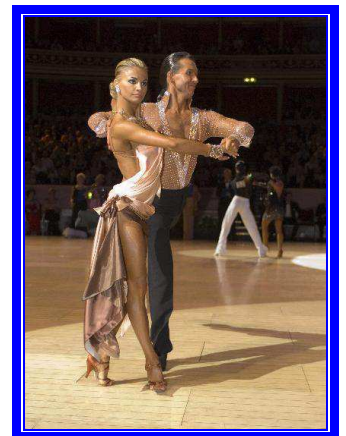
SAMBA

C'est une danse gaie et exubérante, c'est le symbole de la fête, elle évoque le soleil et la sensualité. Il pourrait venir du terme *semba*, qui signifie vraisemblablement nombril dans la langue bantou, qui est une des langues des esclaves originaires de ce qui est actuellement l'Angola. Dans ce contexte, *samba* veut dire « danser avec gaieté ». Le terme *semba* est ainsi associé à l'*umbigada*, une invitation à la danse qui consistait à se frotter nombril contre nombril sur des rythmes binaires. La samba est née dans les bidonvilles de Rio de Janeiro au début du XX^e siècle. En effet, à la fin du XIX^e siècle, avec l'abolition de l'esclavage, beaucoup d'anciens esclaves se sont dirigés vers cette grande cité (à l'époque capitale du pays) pour travailler dans les docks, comme vendeurs de rue ou comme domestiques. Ils ont amené avec eux leurs danses et leurs percussions africaines.

La première samba enregistrée fut *Pelo telefone* (« Au téléphone »), en 1916, par le chanteur Donga. Les premières sambas étaient très influencées par d'autres rythmes de l'époque, comme le maxixe (un rythme très rapide) et la marcha (un rythme simple, binaire et vivace). Danse populaire Afro-Brésilienne, la samba est une danse de groupe endiablée, très fortement syncopée, qui s'accompagne d'instruments de percussion et de chants. C'est une danse gaie et exubérante, c'est le symbole de la fête, elle évoque le soleil et la sensualité. Des mouvements de corps typiques, tel l'accentuation du travail des hanches et l'action constante du rebondissement au niveau des genoux, donne à cette danse tout son attrait. La samba est devenue populaire en Europe, en tant que Danse de Société, vers 1948. La samba se pratique en solo ou en couple sous de nombreuses variantes.

La samba "solo" la plus connue reste la Samba No Pé (samba de pieds) qui est celle que l'on pratique majoritairement lors des carnivals. La samba est alors une danse très complète car chaque partie du corps est utilisée. Les jambes bougent d'avant en arrière ou inversement d'une manière bien particulière tandis que les bras balayent l'air au niveau du bassin. Il existe un grand nombre de pas.

Les samba "en couple" sont plutôt (mais non exclusivement) des danses de salon (danse pratiquée en couple avec figures chorégraphiques formalisées telles que le *botafogo*). L'Europe voit une pratique de plus en plus importante de La Samba de Gafieira aussi appelé hors du Brésil "tango brésilien". Il s'agit d'une des danses de couple brésilienne qui s'exécute sur de la samba.



RUMBA

Connue comme la danse de l'amour, elle évoque la séduction et les jeux amoureux entre les partenaires.

Parente du cha-cha-cha mais beaucoup plus lente, elle vient aussi de Cuba. Introduite en Europe dans les années 30, elle est la plus ancienne des Danses latino-américaines. Elle peut être lente ou rapide. La lente aussi appelée Rumba Boléro permet au couple de laisser libre cours à son imagination et de mimer les jeux amoureux. Connue comme la danse de l'amour, elle évoque la séduction et les jeux amoureux entre les partenaires.

Vers 1930, le son cubain est renommé *rumba* aux États-Unis, sous l'impulsion de Xavier Cugat, et la rumba devient une danse de salon, qui fera partie des danses latines en danse sportive (malgré son nom, elle se danse plutôt sur des boléros cubains ou mexicains).

Dans sa forme actuelle, les figures de base gardent les vieilles images des intentions féminines de dominer les hommes par leurs charmes.

Durant une bonne chorégraphie de rumba, on devrait toujours voir les éléments d'attraction et de rejet entre l'homme et la femme.

Les mouvements érotiques et sensuels de la femme obtiendront une réponse de désir et de domination masculine ; c'est l'homme qui gagne toujours à la fin.

PASO DOBLE



Le **paso doble** (de l'espagnol *paso doble* (sens identique), de *paso* (« pas ») et *doble* (« double ») est une musique à deux temps. Par extension, le *paso doble* est une danse de salon espagnole d'origine mexicaine qui se danse en couple sur la musique du même nom.

La danse

Le *paso doble* fut à la mode dans les années 1920. C'est l'une des danses les plus simples à apprendre au départ. Le pas de base est en effet un pas de marche (le danseur part du pied droit, la danseuse pied gauche en arrière). La tenue du couple est classique, mais il faut ensuite, pour adopter le style typique du *paso*, se souvenir que le danseur y joue le rôle du torero et la femme, celui de sa muleta. C'est pour cela que l'habit de lumière et l'attitude macho correspond bien au cavalier et la robe rouge et l'attitude provocante correspond à la cavalière. La scène finale du film *Ballroom Dancing* symbolise bien cet état de fait.

C'est dans le contexte des corridas d'Espagne (qui existent depuis le XVII^e siècle) qu'il faut situer les origines du *paso-doble*. L'entrée des toreros dans l'arène était accompagnée d'une musique au rythme marqué et au style martial. Au début du XIX^e siècle, une danse se développa sur cette musique et dans cet esprit de corrida, lutte entre l'homme et le taureau. L'ensemble de la danse consiste donc en un jeu entre le danseur, sa danseuse et le taureau de combat imaginaire.

Le *paso-doble* passe rapidement les frontières de l'Espagne pour se développer et prendre tout son essor dans le sud de la France d'où il conquiert le reste du pays. C'est pour cette raison que de nombreuses figures de base du *paso-doble* portent des noms français : « sur place », « le huit », « la cape », etc. Ce n'est que plus tard que la codification du *paso-doble* a été internationalisée par les Anglais. C'est cette codification qui est utilisée dans le cadre des compétitions de danse sportive.

Principales figures

- pas de base
- pas chassé à droite
- pas chassé à gauche
- la **cape** : figure la plus typique du *paso*, ou au retour le couple a le bras arrière levé pour *piquer le taureau*
- promenade-contre promenade, figure d'origine musette
- promenade
- *promenade sixtine* (= sur 16 pas)
- double promenade
- promenade tournée
- 6 (pas) à droite
- allers-retours (aller tête-bêche, retour tête-bêche)
- rotation danseuse à droite
- rotation danseuse à gauche
- **le petit cheval** où le danseur fait tourner de sa main gauche levée la danseuse autour de lui
- pivot danseur à droite avec passage sous le bras de la danseuse
- pivot danseur à gauche avec passage sous le bras de la danseuse
- rotations en marchant
- **tour du monde** où le danseur fait tourner la danseuse autour de lui
- **banderilles** (figure encore appelée zigzag ou "pas

- 6 à gauche
 - 8 à droite
 - 8 à gauche
 - séparation (avec le retour de la danseuse en pas *chicken walk*)
 - allers-retours (aller cote à cote, retour cote à cote)
 - allers-retours (aller cote à cote, retour tête-bêche)
- de dentelle")
 - **fall away** (ou pas alternés)
 - le carré
 - natural twist turn
 - tour de valse

Exemple du pas de base

Il se fait sur quatre temps, chaque étape (ici numérotées) durant un temps. Le départ se fait pieds joints.

Pour le guideur.

1 : Il commence par piétiner sur place du pied droit. 2 : Il avance le pied gauche devant lui faisant reposer le poids du corps sur celui-ci. 3 : Il ramène le pied droit contre le pied gauche et, sans le poser, il l'écarte tout de suite latéralement sur la droite (un temps en tout). 4 : Il assemble en ramenant le pied gauche contre le pied droit.

Pendant ce temps le guidé suit en symétrique.

1' : Il piétine sur place du pied gauche. 2' : Il recule le pied droit derrière lui. 3' : Il ramène le pied gauche contre le pied droit et, sans le poser, il l'écarte tout de suite latéralement sur la gauche. 4' : Il assemble en ramenant le pied droit contre le pied gauche.

Titres célèbres

- | | |
|---|---|
| ▪ Louis Corchia - El gato montés (Pennella) | ▪ André Brocoletti - Valencia (Padilla) |
| ▪ Los Miuras - El gato montés (Pennella) | ▪ Marcha a la manolera de F. A. Barbieri (paso doble lors du paseo) |
| ▪ España Cañi, 1961 (P. Marquina) | ▪ Nerva de Manuel Rojas |
| ▪ Paquito chocolatero de Gustavo Pascual | ▪ Marche Cazérienne |
| ▪ Georgette Plana - Viva España (version française) | |

JIVE



A partir de 1945, à la fin de la 2^{ème} guerre mondiale, les GI Américains firent découvrir aux Européens de nouvelles danses telles que le Jitterbug et le Boogie Woogie. Dans les caves de St Germain des Près les danseurs adoptèrent ces danses pleines d'énergie et les adaptèrent au goût de la jeunesse française. Ainsi naquit une nouvelle danse qu'ils nommèrent le 3-3-2 ou Be Bop laquelle devait devenir le rock 'n' roll quelques années plus tard.

La musique de rock 'n' roll est apparue vers les années 1950. Le rock'n'roll est né de la fusion des styles de musiques joués par les musiciens Américains noirs et blancs. Cette musique a contribué à faire tomber de nombreuses barrières raciales. C'est avec Bill Halley et son tube "Rock Around The Clock" que l'expression rock'n'roll devint populaire. Il subit l'influence d'interprètes et de créateurs prestigieux que furent, entre autres, Fats Domino, Chuck Berry et Little Richard. La cinquième des cinq danses latines en compétition de danse sportive le jive, y tient la place correspondant au rock'n'roll en danse de salon. Généralement très appréciée des compétiteurs, cette danse leur demande toutefois une énergie particulière, dans la mesure où, dansée sur un rythme rapide et reposant sur des jeux de jambes assez fatigants, elle clôture généralement les compétitions de danses latines. Descendant du Lindy

Hop, elle est devenue populaire en Europe pendant la Seconde Guerre mondiale par la musique swing de Benny Goodman, Artie Shaw, Tommy Dorsey et Glenn Miller, ce après avoir d'abord conquis l'Ouest, puis les médias du Nouveau Monde, en 1940, sous le nom de Jitterbug. Le boogie, le rock & roll ont aussi influencé cette danse, qui est très rapide. Dans le contexte de compétition, les danseurs doivent prouver qu'après quatre danses, ils sont encore capables d'efforts physiques intenses.

WEST COAST SWING



Le West Coast Swing est une danse à deux de style swing, issue du Lindy Hop. Cette danse sera considérée plus tard comme une version « douce » du jitterbug (notamment par la suppression des jetés de jambes, les kicks).

D'abord appelée Western Swing en 1951, son appellation définitive se fera en 1961. Elle est caractérisée par des mouvements très élastiques des partenaires, que ce soit individuellement ou bien l'un par rapport à l'autre.

Elle laisse une grande part à l'improvisation. Cette danse se pratique sur un vaste éventail de style de musique : pop, funk, dance, country, jazz, RnB, disco...

Plusieurs mouvements de base caractérisent cette danse :

La connexion La connexion est le terme désignant l'attitude à avoir pour transmettre ou recevoir toutes les informations de guidage. En West Coast Swing, la connexion s'effectue en général avec la main gauche du cavalier tenant la main droite de la cavalière. En s'écartant, en reculant l'un par rapport à l'autre, le couple crée une légère tension. Le bras est complètement relâché, avec une légère résistance pour créer la tension (tout en conservant le cadre, ici en particulier, le verrouillage de l'épaule). Cette tension peut aussi se transformer en compression, notamment pour amorcer les tours.

Le cadre Notion très importante en danse swing, le cadre correspond à l'ensemble formé par le buste et les bras. Les cadres des deux danseurs doivent être fixes.

Le guidage Le guidage en West Coast Swing est "ponctuel". Exemple : si le danseur veut faire avancer sa cavalière, une petite traction (ponctuelle) va la faire démarrer et, tant que le cavalier n'aura fait de mouvement pour l'arrêter, elle continuera à avancer. Ceci est valable pour les tours et n'importe quelle variation. Ce guidage est à opposer au guidage continu où la fille s'arrête dès que le garçon relâche son mouvement de traction. Attention, cette traction est une indication (une invitation à danser pourrait-on dire) : en aucun cas la partenaire doit se "laisser tirer", c'est à elle de faire l'effort d'aller vers l'avant. Une image illustre ce principe : si j'ouvre une porte devant vous, vous allez entrer de vous-même, je n'ai pas besoin de vous tirer ! Les notions d'"équilibre" et d'"Anchor step" sont complémentaires de ce point.

- **Le "Stretch"**

Notion capitale en West Coast Swing, c'est la connexion élastique entre les deux danseurs qui s'effectue en général sur le "et 1" de la musique. Un bon stretch est à la fois souple pour être agréable et ferme pour être compris par la danseuse. Le stretch participe grandement au côté "classe" de la danse.

- Le "**Slot**" ou la "[ligne de danse](#)"

Le slot est la ligne de danse théorique de la fille, c'est-à-dire une ligne virtuelle sur laquelle la cavalière va se déplacer pendant toute la danse. Le danseur demande à sa partenaire d'avancer sur sa ligne de danse uniquement sur le début de la variation. Tant que la fille n'a pas reçu l'ordre d'arrêter, elle continuera sa trajectoire linéaire sur son slot. En général, les informations arrêter puis avancer sont consécutives et exécutées pendant l'Anchor step (avec un stretch).

- **Le Pas de Base:**

Le pas de base en 6 temps : Pas de base classique "1. 2. Triple pas , Triple pas", Le dernier triple-step étant le fameux "Anchor step". C'est le premier pas de base qu'on apprend : il permet d'exécuter la plupart des variations en 6 temps (push-break, under arm, etc...)

▪ **Le pas de base en 8 temps** : C'est le pas de base utilisé pour toutes les variations à base de whip. Son rythme est "1. 2., Triple pas., 5. 6., Triple pas". Ici également, le dernier triple step sera un "Anchor step"

▪ Le "**Anchor step**" (pas d'ancrage) : Pas capital en west coast swing. C'est l'équivalent du "arrière avant" (5-et-6) en rock, avec le stretch en plus (et qui fait toute la différence).

▪ Le "**Step-step**" (marche-marche) : il consiste à poser le pied droit puis le pied gauche (ou l'inverse). Lorsque ce pas se fait en avançant, le talon est posé en premier. La notion de step-step décrit uniquement le comportement des pieds, sans aucune connotation sur le guidage, le sens de marche ou la position des danseurs.

▪ Le "**Triple-step**" (pas chassé) : ce terme se réfère uniquement aux pieds, comme le "step-step". On peut remarquer que souvent, sur certaines variations, le fait de croiser les pieds sur un triple-step permet de souligner l'harmonie des danseurs avec la musique.

▪ Le "**Starter step**" : C'est le pas qui permet, à partir d'une "close position" de créer un stretch pour initier une ouverture (ex : left side). Le starter step est constitué d'un pas chassé vers la gauche (vu du danseur), suivi d'un pas chassé vers la droite où l'on va créer le stretch.

- **Les variations de base:**

▪ Le "**Under arm**" : Passage simple de la fille à droite du garçon... sous le bras. Le garçon se décale sur sa gauche pour que la fille puisse rester sur son slot.

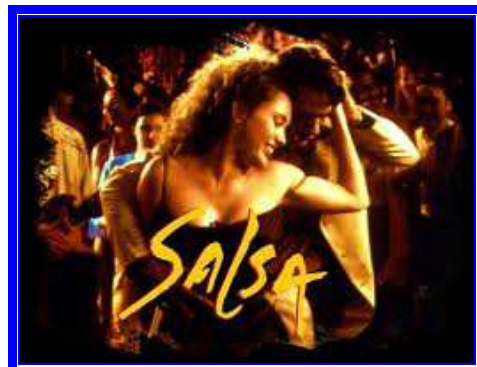
▪ Le "**Push-break**" ou **Sugar-push** : Amorcé comme un "under arm", le cavalier reste sur le slot de la fille. Il lui présente alors sa main droite en opposition pour que la fille s'appuie dessus et recule. Si le garçon oublie de mettre sa main, la fille doit prendre l'initiative et s'appuyer sur le garçon pour soit le contourner ou pour le repousser : c'est un exemple où la fille prend en main le guidage. Nota : la différence entre le "push-break" et le "sugar-push" se fait sur les temps 3 & 4 de la variation : le push-break fait un "touche-pose" alors que le sugar-push fait un "triple step".

▪ Le "**Left side**" (passage à gauche) : similaire au "under arm", le garçon se décale sur sa droite (de profil) pour laisser passer sa partenaire sur sa gauche, sans la faire passer sous le bras.

▪ La "**Close position**" (position fermée) : C'est la position fermée "classique" où la fille se retrouve dans le bras droit du danseur.

▪ Le "**Whip**" : C'est une variation effectuée en 8 temps où sur les 4 premier temps la fille passe à droite du danseur et fait demi tour sur elle-même pour se retrouver dans le bras droit de son partenaire, face-à-face, dans un mouvement de stretch. Ce dernier renvoie ensuite sa partenaire, en la faisant passer à nouveau sur sa droite (la danseuse a donc fait le tour de son cavalier, avec un stretch au milieu).

DANSES AFRO-CUBAINES



SALSA

Racines musicales cubaines

Ce qu'on appelle aujourd'hui salsa est un terme aussi large que jazz ou rock. Difficile à définir et sujet à controverses, ce complexe musical est une fusion de plusieurs genres musicaux, d'où le nom de "salsa" qui signifie "sauce" (un mélange de plusieurs ingrédients). Il est issu de nombreux rythmes. Le terme salsa englobe cette variété de styles rythmiques et de formes musicales. Pour étudier les racines de la salsa, nous devons nous tourner vers Cuba à cause de ses contributions énormes à ce type de musique. Des pays comme les États-Unis, Porto Rico, le Venezuela, le Mexique, la Colombie et la République dominicaine ont aussi contribué au développement de la salsa, mais c'est à Cuba que furent développées ses bases. L'héritage rythmique de la salsa est directement lié à la musique populaire cubaine. D'importance particulière à cet égard sont les formes connues comme rumba, son et danzon, lesquelles représentent la consolidation d'éléments séculaires et religieux africains et européens. La création de l'État libre et associé de Porto Rico en 1952 déclencha de grandes sorties migratoires de cette île vers la côte Est des États-Unis, et spécialement vers le Spanish Harlem (*El Barrio*), une partie du quartier « East Harlem » de Manhattan à New York entre la 1^{re} et la 5^e avenue et les 96^e et 125^e rues Est (on les baptise *Nuyorican*). Ainsi, de nombreux musiciens portoricains jouent à New York les rythmes latins à la mode. Ces rythmes proviennent majoritairement de Cuba, alors centre de la vie culturelle des Caraïbes de par sa situation géographique. Mais après la révolution cubaine achevée en 1959, de nombreux cubains émigrent aussi aux États-Unis (New York et Miami). Cuba, par l'embargo, perd son rôle culturel central, laissant à New York ce rôle de pôle d'attraction.

La danse

La salsa est une danse improvisée qui respecte des pas de base, qui se danse généralement à deux, où le garçon guide la fille (parfois mal interprété comme une forme de machisme), mais que l'on peut pratiquer également seul, ou à plusieurs : en ligne (comparsa, salsa suelta), à plusieurs couples (rueda de casino), ou encore un leader et deux partenaires (plus rarement deux leaders et une partenaire), etc.

Minutage

La salsa se danse en 8 temps avec 6 temps dansés et 2 temps de pause. Les pas se comptent ainsi : «1,2,3,(),5,6,7,()». Les temps 4 et 8 ne sont pas comptés car ce sont les temps de pause. Les pas du cavalier et de la cavalière s'effectuent en miroir : lorsque le cavalier effectue les pas des 4 premiers temps, la cavalière effectue ceux des 4 derniers, qui sont inversés ; par exemple, si le cavalier déplace son pied gauche, la cavalière déplace son pied droit.

Parmi ces variantes, citons :

le « pas de salsa » : quasiment identique au pas de mambo ; Le principe est ici "derrière/derrière" au lieu de "derrière/devant" : Temps 1 on recule le pied gauche (au lieu de l'avancer comme dans le mambo, et donc on l'avance sur le 3^e, et c'est le pied droit qu'on avance sur le temps 5 au lieu de le reculer, et donc on le recule sur le temps 7). Souvent, on "croise" légèrement les pas (voir ci-après, « pas croisé ») ;

le « pas croisé » : quasiment identique au pas de salsa, le principe est "derrière/derrière". Temps 1 à 4, même principe que pour le pas de salsa, en reculant le *piéd gauche*, on le décale un peu à *droite*. Temps 5 à 8 : Même chose avec le *piéd droit*, que l'on recule donc également et qu'on décale un peu à *gauche*

le « pas de rumba » (ou de guaguanco, ou pas de côté) : ici on se déplace sur les côtés ("gauche/droite" au lieu d'avancer/reculer ("devant/derrière")) pour le pas de mambo); piéd gauche à gauche puis piéd droit à droite. Variante : On peut aussi aller plusieurs fois à gauche, puis plusieurs fois à droite ;

le « pas marché » : c'est un peu comme le pas de mambo, mais sur le temps 2 on avance le piéd *droit*, sur le temps 5 on avance le piéd droit (au lieu de le reculer), et sur le temps 6 on avance le piéd gauche.

Il est essentiel pour un danseur de salsa de maîtriser les pas de bases et le *timing* (sur la musique) avant de pouvoir réaliser des figures.

Les différents styles

Le style cubain (ou *casino*), le plus couramment pratiqué en France, du fait de la forte **diaspora** cubaine y résidant et transmettant sa culture. Les écoles de danse enseignent essentiellement ce style, peut-être plus facile à aborder pour la sensation physique des européens. La ***rueda de casino***, une variante de ce style, consiste en des rondes (*rueda*) de couples où un meneur (la *madre*) annonce les passes à venir. Tous les danseurs effectuent ces passes en même temps, de sorte que les danseurs changent fréquemment de partenaire. La nécessité de mettre en œuvre des chorégraphies et de divertir les spectateurs a provoqué l'apparition de nouvelles conceptions. Il a été ainsi rendu indispensable de nommer chacune des figures, combinaisons de passes, gestes et directions, pour pouvoir les exécuter à l'unisson et surtout comprendre l'appel du guide.

La salsa proprement dite, improprement appelée « **portoricaine** » en France, style le plus courant dans le monde, dont la caractéristique est de respecter une ligne de danse. Ce style regroupe plusieurs sous-classes principales : le style **L.A.** se danse « sur le 1 » (le pas de « break » se fait sur les temps 1 et 5), le style **New York** qui se danse « sur le 2 » (le pas de « break » se fait sur les temps 2 et 6), mais en commençant par un pas sur place (pas arrière pour l'homme sur le 2, suspension à cette position sur 3-4) et le **Palladium**, précurseur des deux précédents, aujourd'hui restreint à la compétition, qui se danse aussi « sur le 2 » (suspension-2-3-4, suspension-6-7-8, comme les pas du **son cubain** dont il est directement issu). **Le style colombien**, plus nerveux et légèrement sautillant, très pratiqué en Amérique latine. Les colombiens aiment à danser sur les disques de **boogaloo** qu'ils passent à vitesse supérieure (33 tours passé en 45 tours, 45 tours en 78 tours).



Bachata

La **bachata** est un rythme dansant originaire de République dominicaine, plein de folklore.

La bachata est jouée par plusieurs guitares (deux ou trois), accompagnées de percussions (bongo, maracas, *güira*) et une basse. On parle aussi de *bolero campesino*, *bolero antillano* ou *cancion del amargue*, une musique associée pendant longtemps aux couches sociales les plus défavorisées de Saint-Domingue. Au tout début, la bachata était dédaignée car c'était une musique qui provenait des classes sociales basses. À ses débuts, elle était très peu diffusée en radio. Mais l'intérêt a surgi à partir des années 1980, avec l'expansion des moyens massifs de communication, avec l'apogée du tourisme. L'expansion du tourisme en République dominicaine dans les années 1980 a fait donner à la bachata une popularité internationale, et est devenue un symbole de la République dominicaine. Le bachata, reproduit le même esprit mélancolique, nostalgique et d'une animosité aimante de d'autres expressions musicales latino-américaines comme le soi-disant tango - chanson des quartiers de Buenos Aires du Buenos Aires, où se combine l'animosité passionnelle (l'amour - indifférence) avec la nostalgie du migrant. À l'égal, dans la bachata nous connaissons le côté nostalgique dans l'expression musicale grâce au fait que cela ait coïncidé avec la période de la plus grande apogée de la culture suburbaine provenant de la migration rurale-urbaine à partir de 1961. Dans cette période il a été connu comme "musique d'amargue" au sens nostalgique qui évoquait.

Le mouvement basique de la danse est une série de pas simples qui produit un mouvement d'avant en arrière, ou d'un côté à l'autre. Un schéma représentatif serait de la manière suivante : avec le pied gauche, faites un pas vers la gauche, puis ramener le pied droit à côté du pied gauche 2 fois de suite, les 4 premiers temps. Faites aussi de même vers la droite en commençant par le pied droit, pour le retour. Sur le quatrième temps et le huitième temps, pointez respectivement le pied droit puis le pied gauche. Le caractère de la danse est obtenu par un mouvement sensuel du corps et de la hanche qui garde une similitude avec certaines danses africaines.

Cette danse latine se danse généralement dans les soirées de salsa où elle est insérée par moment. Peu de cours existent encore pour cette danse mais se développent.

La **rueda de bachata** est une manière de danser la bachata à plusieurs couples en effectuant les mêmes figures annoncées par une personne, à la manière de la rueda de casino.

Le **Bachatango** est une danse née en 2006, à Turin, en Italie. Des danseurs confirmés de bachata ont voulu faire évoluer leur technique en l'enrichissant de figures de tango. La fusion de ces deux disciplines a engendré une nouvelle danse qui commence à avoir beaucoup de succès en Italie et en Europe. Elle commence à être enseignée dans les cours de danse latine mais la technique du bachatango est encore en pleine évolution car chaque professeur apporte sa touche personnelle. Le mélange de ces deux styles donne lieu à une nouvelle danse à la fois sexy et forte d'une énergie positive qui a dorénavant sa propre identité.

La technique du bachatango

La technique consiste à alterner, de façon ludique, les figures très érotiques de la bachata (déhanché, roulé des épaules, ondulations, partenaires très proches) avec les figures emblématiques du tango comme les croisés de jambes (« ocho »), les jetés, et les changements de rythmes brusques.

Le compte des pas est le suivant : 1-3, pause, 5-7, pause.

Kizomba



La Kizomba est une danse sensuelle.

Descendant du Semba, le kizomba est appelée à tort le "tango africain" (le tango congolais étant le tango africain d'origine). Le tronc demeure fixe et néanmoins souple, tandis que le bas du corps est beaucoup plus énergique. En règle générale, l'espace dans lequel se meut le couple est réduit à son strict minimum et les mouvements, bien qu'élaborés, sont économisés. En revanche, le style Semba, correspondant à la musique Semba, autorise et se caractérise par des déplacements plus rapides et plus énergiques, le tout dans un style festif. Bien que nés en Angola, le genre musical Kizomba, et la danse qui l'accompagne se sont développés dans l'ensemble des pays d'Afrique lusophones (Guinée-Bissau, Cap-vert, Mozambique, Sao Tomé, etc.). Cela a engendré la naissance de styles très caractéristiques de certaines zones géographiques, tant en ce qui concerne la musique que la danse. Pour ce qui concerne la danse Kizomba il existe trois styles : un style angolais, un style capverdien et un style portugais. Le Kizomba de Roda est une variante inspirée de la rueda de casino.