

# La danse de l'ours

## Forme :

Origine : La Danse de l'ours a été collectée dans le nord de la France et en Belgique

## Les pas

## Formation :

	<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>En cercle, ou en chaîne :</i></li></ul>
--	--

## Figures :

	<p><b><u>1<sup>ère</sup> figure :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• pas latéraux, uniquement vers la gauche(gauche, joint...)</li></ul>
	<p><b><u>2<sup>ième</sup> figure</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les danseurs effectuent des sauts sur place, en commençant par lever le pied gauche</li><li>• 2 sursauts appui droit pied gauche levé devant, (<i>devant devant</i>)</li><li>• 2 sursauts appui gauche pied droit levé devant, (<i>devant devant</i>)</li><li>• 2 sursauts appui droit pied gauche levé derrière, (<i>derrière derrière</i>)</li><li>• 2 sursauts appui gauche pied droit levé derrière, (<i>derrière derrière</i>)</li><li>• 1 sursaut appui droit pied gauche levé devant, (<i>devant</i>)</li><li>• 1 sursaut appui gauche pied droit levé devant, (<i>devant</i>)</li><li>• 1 sursaut appui droit pied gauche levé derrière, (<i>derrière</i>),</li><li>• 1 sursaut appui gauche pied droit levé derrière, (<i>derrière</i>),</li><li>• 1 sursaut appui droit pied gauche levé devant, (<i>devant</i>)</li><li>• 1 sursaut appui gauche pied droit levé devant, (<i>devant</i>)</li><li>• rassembler et un dernier saut pieds joints, (<i>rassemble, joint.</i>)</li></ul>