

# AND FOXTROT

de Mario Lago

Traduction Olivier Colardelle

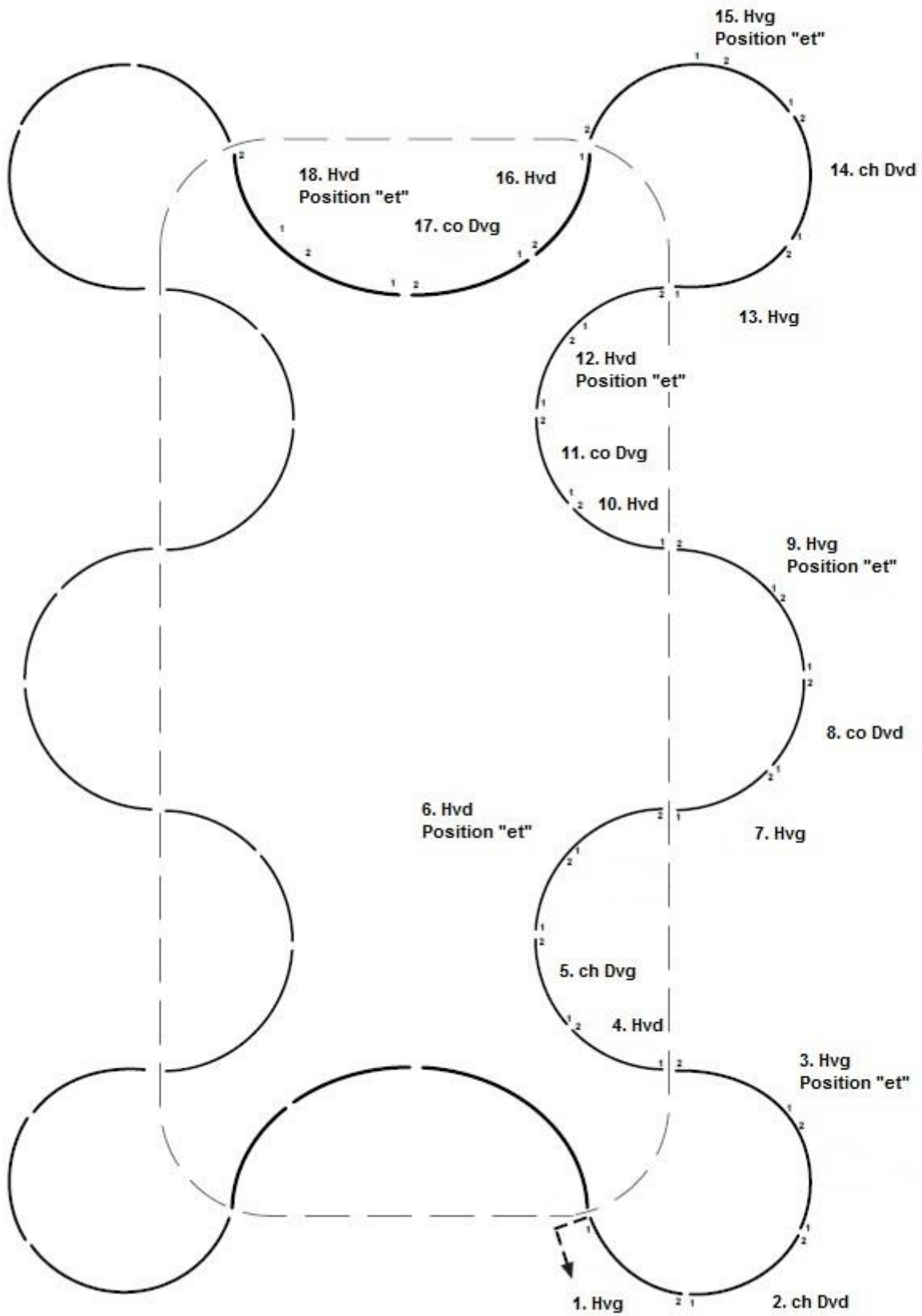
**Musique :** Foxtrot  
**Tempo :** 104 battements par minute  
**Positions :** Kilian croisé  
**Schéma :** Imposé  
**Séquences requises :** 4

Pas	Positions	Pas de l'Homme	Battements			Pas de la Femme
			H	les 2	F	
1	Kilian croisé	Hvg		2		Hvg
2		ch Dvd		2		ch Dvd
3		Hvg - Position 'et'		2+2		Hvg - Position 'et'
4		Hvd		2		Hvd
5		ch Dvg		2		ch Dvg
6		Hvd - Position 'et'		2+2		Hvd - Position 'et'
7		Hvg		2		Hvg
8		co Dvd		2		co Dvd
9		Hvg - Position 'et'		2+2		Hvg - Position 'et'
10		Hvd		2		Hvd
11		co Dvg		2		co Dvg
12		Hvd - Position 'et'		2+2		Hvd - Position 'et'
13		Hvg		2		Hvg
14		ch Dvd		2		ch Dvd
15		Hvg - Position 'et'		2+2		Hvg - Position 'et'
16		Hvd		2		Hvd
17		co Dvg		2		co Dvg
18		Hvd - Position 'et'		2+2		Hvd - Position 'et'

- Les **pas 1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 15, 16 et 18** sont des poussées en carre dehors.
- Les **pas 2, 5 et 14** sont des chassés en carre dedans de 2 temps. Le pied libre doit être bien levé et bien serré contre le pied porteur.
- Les **pas 3, 6, 9, 12, 15 et 18** sont des carres dehors de 4 temps :
  - 2 temps avec la jambe libre étirée derrière
  - 2 temps avec le pied libre en position 'et'. Le pied libre doit être bien levé et bien serré contre le pied porteur.
- Les **pas 8, 11 et 17** sont des courrus en carre dedans de 2 temps.

**Lors de l'évaluation de cette danse, il faut prêter particulièrement attention aux points suivants :**

- Respect du tempo, du décalage des partenaires du couple et de la ligne de base et du schéma.
- Les courrus ne doivent pas être des croisés.
- Les positions 'et' qui doivent être exécutés avec les pieds bien serrés et le pied libre bien levé.



J  
U  
R  
Y