

EASY PASO (Solo)

de Fabio Sampo'

Traduction Olivier Colardelle

Musique : Paso Doble 2/4 ou 4/4
Tempo : 104 battements par minute
Schéma : Imposé
Séquences requises : 4

Description de la danse

- **Pas 1** poussée Hvg d'un temps parallèle à la longueur de la piste.
- **Pas 2** couru Dvd d'un temps dirigé vers l'axe longitudinal.
- **Pas 3** poussée Hvg de 2 temps dirigé vers l'axe longitudinal avec le pied droit amené serré au pied porteur en position « et » sur le temps 2 en préparation du pas suivant.
- **Pas 4** carre plate avant pied droit d'un temps avec le genou droit plié et la jambe gauche étirée devant en direction de l'axe longitudinal. A la fin du temps 1, la jambe gauche est ramenée parallèle au pied droit tout en gardant le pied au sol. Durant le pas 4, les huit roulettes doivent rester en contact avec le sol.
- **Pas 5** slide Dvg d'un demi temps (pied porteur en Dvg et la jambe libre étirée devant en Hvd) avec une flexion évidente du genou gauche effectuée simultanément avec une extension de la jambe droite devant. Durant le pas 5, les huit roulettes doivent rester en contact avec le sol. Le pas s'approche de l'axe longitudinal et commence à s'orienter vers l'axe transversal.
- **Pas 6** Hvd d'un demi temps avec un transfert du poids du corps sur le pied droit en direction de l'axe transversal avec le pied gauche amené croisé derrière, serré et sans contact avec le sol, contre le pied porteur .
- **Pas 7** croisé derrière Dvg de 2 temps effectué avec une extension de la jambe libre devant. Initialement dirigé vers l'axe longitudinal, le pas coupe l'axe transversal et fini au temps 2 en position « et » vers la barrière de la longueur.
- **Pas 8** poussée Hvd de 2 temps dirigée vers la barrière de la longueur qui évolue vers l'axe transversal.
- **Pas 9** cross-roll Hvg d'un temps dirigé initialement vers l'axe transversal.
- **Pas 10** chassé Dvd d'un temps effectué en s'éloignant de l'axe transversal et dirigé vers la barrière.
- **Pas 11** poussée Hvg d'un temps dirigée vers la barrière.
- **Pas 12** Mohawk inversé Hrd Trois de 3 temps au total et exécuté de la façon suivante :
 - Mohawk inversé Hrd sur le temps 1 dirigé vers la barrière de la longueur
 - Trois Hrd/Dvd sur le temps 2 toujours dirigé vers la barrière et effectué avec l'extension de la jambe libre devant et un étirement maximum à la fin du trois.
- **Pas 13** Mohawk ouvert Drg de 2 temps dirigé vers la barrière de la largeur.
- **Pas 14** poussée Hrd de 2 temps toujours dirigée vers la barrière.
- **Pas 15** croisé devant Drg Trois de 3 temps et demi au total commençant vers la barrière de la largeur et finissant presque parallèle, exécuté de la façon suivante :
 - croisé devant Drg sur le temps 1 avec étirement simultané de la jambe droite derrière
 - Trois Drg/Hvg sur le temps 2
 - Balancé de la jambe droite devant (facultatif) ou l'étirement de la jambe libre derrière sur le temps 3. Le pas fini parallèle à la largeur.

- **Pas 16** rapide chassé Dvd d'un demi temps situé juste après l'axe longitudinal.
- **Pas 17** poussée Hvg de 2 temps dirigé vers la barrière de la longueur.
- **Pas 18** chassé glissé Dvd de 2 temps dirigé vers la barrière de la longueur et finissant presque parallèle à celle-ci.

Points clés

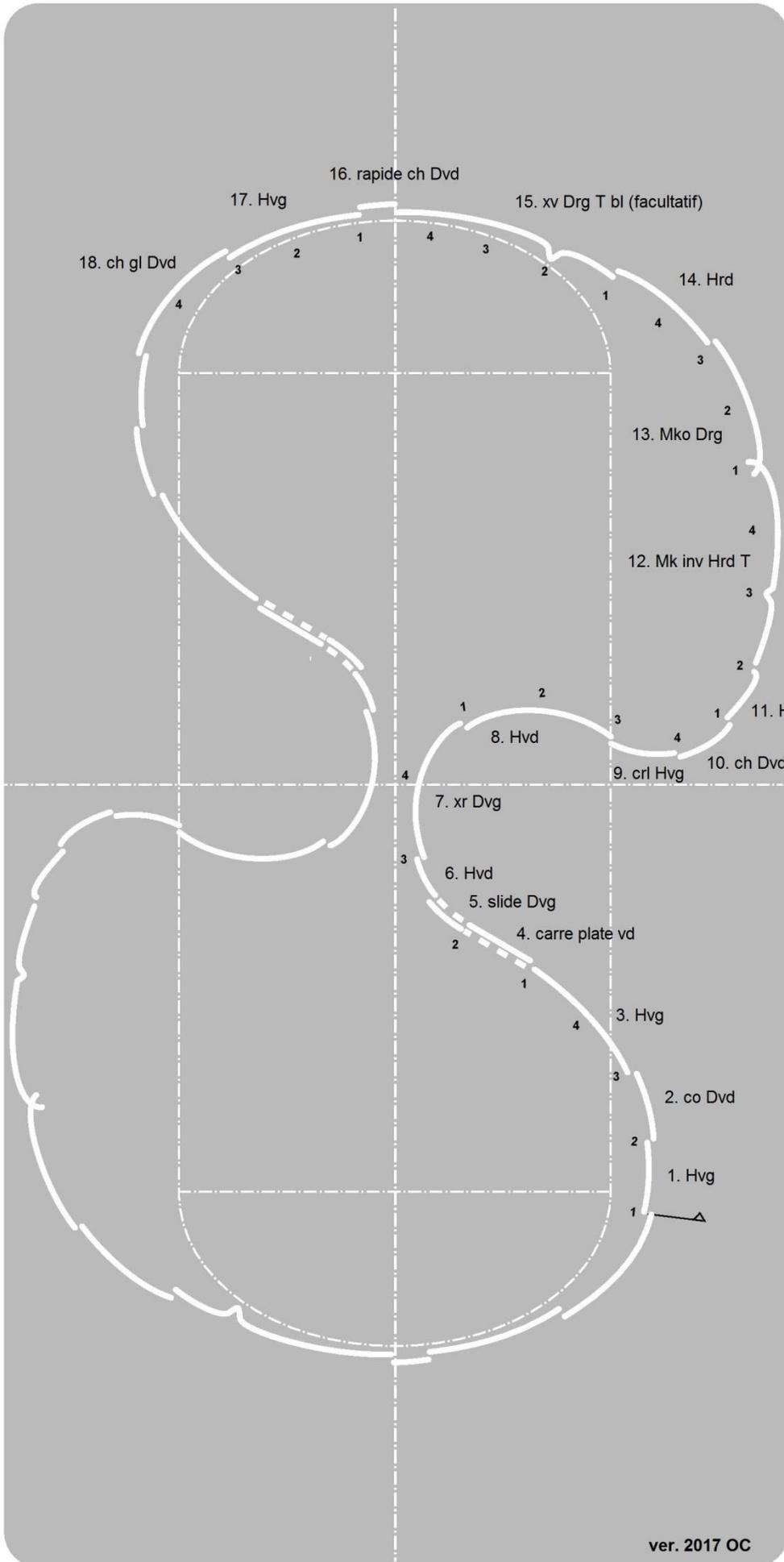
Durant l'évaluation de cette danse, une attention particulière doit être portée aux points suivants :

SECTION 1 :

- **Pas 4** : carre plate avec une flexion évidente du genou droit avec la jambe gauche étirée devant en direction de l'axe longitudinal. Les huit roulettes doivent rester en contact avec le sol.
- **Pas 5** : slide Dvg d'un demi temps avec une flexion évidente du genou gauche avec la jambe droite étirée devant en Hvd en direction de l'axe longitudinal et commençant à s'orienter vers l'axe transversal. Les huit roulettes doivent rester en contact avec le sol. La carre dedans du pied porteur doit être évidente.
- **Pas 9** : exécution technique correcte du cross-roll Hvg dirigé initialement vers l'axe transversal. Le changement d'inclinaison doit être évident.
- **Pas 12** : exécution technique correcte du Mohawk inversé Hrd Trois en respectant le bon timing. Le Mohawk inversé sur le temps 1 et le Trois sur le temps 2 avec la jambe libre devant.
- **Pas 15** : exécution correcte du croisé devant Drg Trois en respectant le bon timing. Le croisé devant sur le temps 1, le Trois sur le temps 2 et le balancé facultatif sur le temps 3 ou l'étirement de la jambe libre derrière.

Pas	Positions	Pas de l'Homme	Battements			Pas de la Femme
			H	les 2	F	
1 ^{ère} Section						
1	-				1	Hvg
2					1	co Dvd
3					2	Hvg
4					1	carre plate vd
5					½	slide Dvg
6					½	Hvd
7					2	xr Dvg
8					2	Hvd
9					1	crl Hvg
10					1	ch Dvd
11					1	Hvg
12					1 2	Mk inv Hrd T
13					2	Mko Drg
14					2	Hrd
15					1 1 1½	xv Drg T bl (facultatif)
16					½	rapide ch Dvd
17					2	Hvg
18					2	ch gl Dvd

EASY Paso (SOLO)



JA