



COUNTRY POLKA (danse solo)

Musique : *Polka 2/4*
Tempo: *100 battements par minute*
Schema: *Obligatoire*

Danse Rollart pour le Data Opérateur : Denver Shuffle

Description

La danse commence par une séquence de pas, du pas 1 au pas 4, qui se répète deux fois de suite avec les mêmes battements, répartis sur tout le côté court de la piste.

Le pas 1 LFO (1 battement), est une poussée parallèle au côté long de la barrière, suivi du pas 2 couru RFI (1 battement), un déplacement en courbe en préparation du pas 3 une poussée en LFO (2 battements),.

Le pas 4 XB RFI (2 battements), est un croisé derrière (XB) qui se termine sur l'axe longitudinal. Le croisement se fait sur le premier battement avec la jambe libre qui se tend vers l'avant en ligne avec le patin porteur, puis sur le deuxième battement, le pied de la jambe libre se rapproche du patin porteur en position "and".

La séquence ci-dessus (pas 1-2-3-4) se répète du pas 5 au pas 8, de l'axe longitudinal pour arriver parallèle au côté long de la barrière.

Le pas 9 LFO - Sw ~ I - Sw (1+1+1+1+1+1: total: 6 battements). Le pas 9 LFO -Sw- Touché (3e battement) ~ I - Sw (4e battement) - Touché (5e battement): cet enchaînement commence respectivement par une carre dehors sur le premier battement, un swing sur le deuxième battement, la jambe libre est amenée vers l'avant, sur le troisième la jambe porteuse se plie légèrement et, avec la jambe libre tendue, touche le sol avec la roue extérieure en avant, sur une ligne parallèle à celle du patin porteur.

Au quatrième battement, la jambe libre est ramenée à côté du pied support et un changement de carre en dedans est effectué simultanément. Au cinquième battement, la jambe libre est tendue vers l'arrière et touche le sol avec la roue intérieure en avant, sur une ligne parallèle à celle du patin porteur. Au sixième battement, la jambe libre est ramenée à côté du patin porteur en position "And".

La direction du pas 9 débute parallèle au côté long de la barrière et devient perpendiculaire à l'axe longitudinal (sur le troisième battement) en croisant la ligne de base sur le quatrième battement, tandis qu'avec les battement suivants, elle s'oriente vers le centre de la piste.

Pas 10 RFO (1 battement) : une poussée parallèle à l'axe longitudinal qui se termine avant l'axe transversal.

Pas 11 couru LFI (1 battement) : un déplacement qui débute parallèlement à l'axe longitudinal et commence la partie descendante du lobe après l'axe transversal.

Pas 12 RFO - Sw ~ I - Sw (1+1+1+1+1+1 : total : 6 battement) : Pas 12 RFO - Sw - Touché (3e battement) ~ I - Sw (4e battement) - Touché (5e battement) : cet enchaînement commence respectivement par une carre dehors au premier battement, un swing de la jambe libre vers l'avant sur le deuxième battement, une légère flexion de la jambe porteuse au troisième battement, puis avec la jambe libre tendue, on touche le sol avec la roue externe en avant, sur une ligne parallèle à celle du patin porteur.

Au quatrième battement, la jambe libre est ramenée à côté du pied porteur avec simultanément un changement de carre en dedans. Au cinquième battement, la jambe libre est tendue vers l'arrière et touche le sol avec la roue interne en avant, sur une ligne parallèle à celle du patin porteur. Au sixième battement, la jambe libre est ramenée à côté du patin porteur en position "And".

Le pas 12 s'éloigne de l'axe longitudinal, en croisant la ligne de base au quatrième battement du pas, et devient presque parallèle au côté long de la barrière.



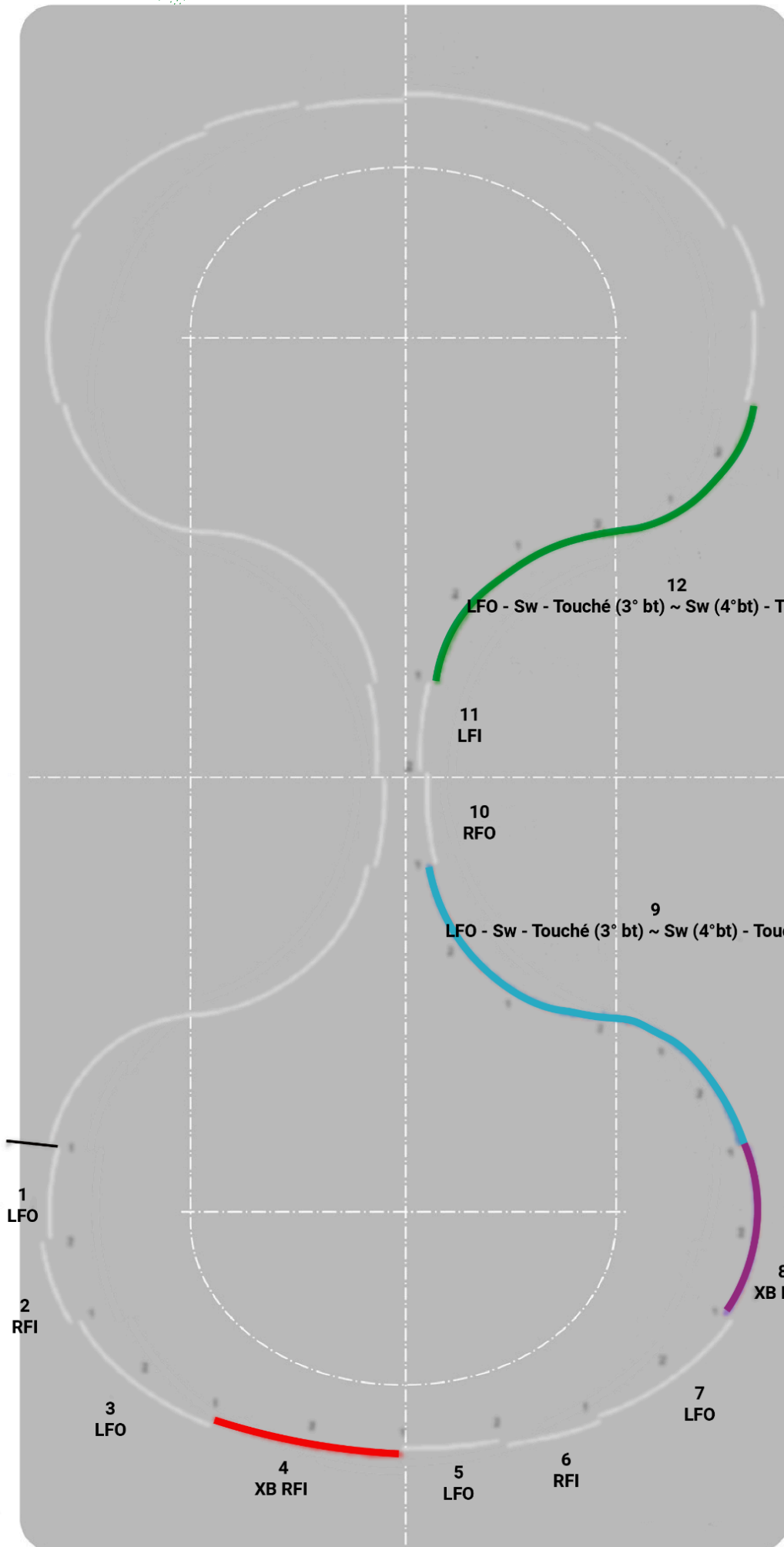
Key points – Country Polka Danse Solo

Section 1

1. **Pas 4 XB RFI** : exécution technique correcte des croisements des patins serrés et parallèles, et maintien de la carre dedans sans déviation.
2. **Pas 8 XB RFI** : exécution technique correcte des croisements de pas serrés et parallèles, et maintien de la carre dedans sans déviation.
3. **Pas 9 LFO - Sw - Tapé (3° bt) ~ I - Sw (4°bt) - Tapé (5°bt)** : attention à l'exécution correcte du toucher de la roue extérieure en avant sur le 3ème battement, sur une carre dehors, et du toucher de la roue intérieure en avant sur le 5ème battement, sur une carre dedans lorsque la jambe libre est en arrière. Faites attention aux "touches" au sol de la jambe libre avec la roue demandée, au bon moment, et au changement de carre avec un changement d'inclinaison évident (non plat) sur le quatrième battement.
4. **Pas 12 RFO - Sw - Touché (3° bt) ~ I - Sw (4°bt) - Touché (5°bt)** : attention à l'exécution correcte du toucher de la roue extérieure en avant sur le 3ème battement, sur une carre dehors, et du toucher de la roue intérieure en avant sur le 5ème battement, sur une carre dedans lorsque la jambe libre est en arrière. Faites attention aux "touches" au sol de la jambe libre avec la roue demandée, au bon moment, et au changement de carre avec un changement d'inclinaison évident (non plat) sur le quatrième battement.

Liste des pas – Country polka Danse solo

N°	Pas	Battements
Section 1		
1	LFO	1
2	Couru RFI	1
3	LFO	2
4	XB RFI	2
5	LFO	1
6	Couru RFI	1
7	LFO	2
8	XB RFI	2
9	LFO - Sw - touché ~ I - Sw - touché - and	1+1+1 +1+1+1
10	RFO	1
11	Couru LFI	1
12	RFO - Sw - touché ~ I - Sw - touché - and	1+1+1 +1+1+1



JURY

