

Courente & balet Val Varaita *(Italie)*

Olivier Pécheux, www.dansetrad.fr, décembre 2011

Formation

Couples en cercle, orientation sens antihoraire. Les pieds G ou D ne sont pas imposés.

Promenade Pas marchés. Bras extérieurs au couple ballants

Ballar temps fort sur le troisième temps

Pas des H décrit pied D

- Tombe D
- Pose talon G devant, sans trop de poids
- Pose D (temps fort)

Se danse face à face en se donnant les mains bras en bas. C'est H qui offre ses mains. F font le même pas mais plus discret (moderne) ou des pas de polkas (traditionnel).

Girar Pied décrits pour H et pour F. Temps irréguliers

- Tombe D, temps fort, avec élan vers le haut
- Sursaut D
- Pose G

Tenue en position valse, sauf que c'est H qui offre sa main G

Description de la danse

- Courente:
 - 16 pas de promenade, progression sens antihoraire
 - 4 pas de ballar, 4 girar, 4 ballar, 4 girar
- Balet:
 - H: 4 ballar vers le centre du cercle, ½ tour antihoraire, 4 ballar pour aller vers la contre partenaire,. F: 8 ballar sur place
 - 8 girar ensemble