



Kit pour débiter
la danse en ligne
réalisé par Annie Briand
du blog linedance.fr

Ce document contient :

- une présentation de ce kit et de la chorégraphie
- un descriptif minuté de la vidéo d'apprentissage et un lien pour la télécharger
- une explication sur l'orientation dans l'espace
- une fiche d'instructions : description écrite de la chorégraphie et renseignements sur les musiques à utiliser.

Introduction

Ce «kit» a été préparé pour vous aider à faire vos premiers pas en Line Dance. La danse choisie est très simple et elle vous est expliquée pas par pas dans la vidéo.

Sur la vidéo, vous trouverez aussi quelques exercices pour vous aider à bien mémoriser les pas de cette danse, car vous les retrouverez ensuite dans d'autres chorégraphies et c'est important de savoir les faire sans avoir à réfléchir.

La chorégraphie : «Mamma Maria»

Cette danse a été créée en 2009 par le chorégraphe américain **Frank Trace** et s'appelle «**Mamma Maria**».

À la fin de ce fichier PDF, se trouve la fiche d'instructions (en français). Sur cette fiche, vous trouverez aussi des informations sur les musiques qui sont utilisées pour cette chorégraphie.

J'ai choisi cette chorégraphie parce qu'elle est encore dansée dans les bals et qu'elle peut se danser sur différentes musiques. Vous pourrez donc la danser dans des bals autres que Country/Line Dance, un peu comme le Madison.

Mamma Maria est une chorégraphie de niveau **ultra-débutant**, composée de **32 temps** (4 sections de 8 temps), elle se danse sur **4 «murs»**, c'est-à-dire en 4 répétitions effectuées chacune dans une direction différente (voir «**Orientation dans l'espace**», page 4).

La vidéo

La vidéo dure un peu moins de 13 minutes.

Cliquez sur le lien ci-dessous pour la télécharger :

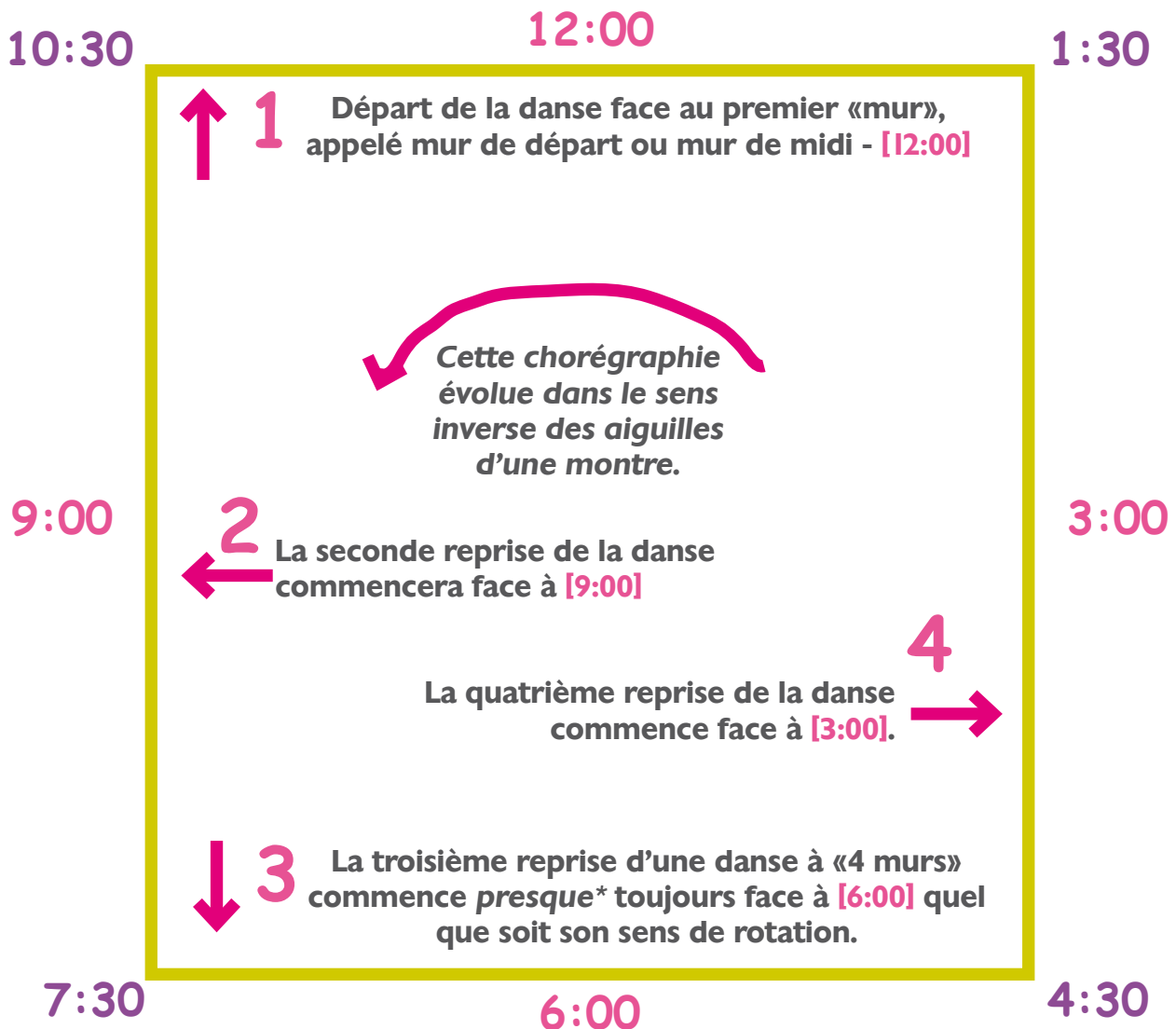
<https://youtu.be/382VX06TUEE>

Elle est composée des éléments suivants :

1. Courte présentation
2. La chorégraphie dansée en musique **0:30** ⇨ **1:34**
3. Apprentissage section par section
 - Présentation **1:35** ⇨ **2:04**
 - Section 1 **2:03** ⇨ **3:11**
 - Section 2 **3:12** ⇨ **3:45**
 - Sections 1 & 2 **3:46** ⇨ **4:05**
 - Section 3 **4:06** ⇨ **5:17**
 - Sections 1, 2 & 3 **5:18** ⇨ **5:36**
 - Section 4 **5:37** ⇨ **7:12**
 - Les 4 sections **7:13** ⇨ **7:55**
4. Enchaînement **7:56** ⇨ **9:07**
5. Détails du pas de Charleston **9:08** ⇨ **10:59**
6. Détails du Vine (ou Grapevine) **11:00** ⇨ **12:40**

Orientation dans l'espace

Ce petit schéma vous aidera à comprendre pourquoi on parle de «murs»...



... et ainsi de suite pour les «murs» suivants, jusqu'à la fin de la danse !

**Cette progression régulière d'un «mur» au suivant peut être modifiée s'il y a des «tags» ou des «restarts» dans une chorégraphie. Dans Mamma Maria, il n'y en a pas.*

«Mamma Maria» est une danse dite «à 4 murs», avec certains pas qui se font en **diagonale**. Mais il existe aussi des chorégraphies à 2 murs, 1 mur ou plus rarement 3 murs... Il y a aussi des chorégraphies qui «tournent» dans l'autre sens !

Mamma Maria



Chorégraphe : Frank Trace – USA (Mai 2009)

Description : Line dance, 32 temps, 4 murs

Niveau : Débutant (Newcomer)

Musique : "Mamma Maria" par Ricchi E Poveri CD Grandi Successi, ou par The Countdown - CD Best of Italy Vol 2 (les deux en Italien) (136 bpm) – Intro 16 temps, disponible sur Amazon et sur iTunes
Il existe plusieurs enregistrements de ce titre, tous peuvent convenir.

Autres musiques possibles : 'High Lonesome Sound' par Vince Gill (96 bpm) - 'Poker Face' by Lady Gaga (120 bpm; intro 32 temps)

Fiche de danse associée au cours en vidéo de <http://linedance.fr/>

Traduction : Annie(Dance) Briand

WALK FORWARD DIAGONALLY RIGHT, KICK, WALK BACK DIAGONALLY LEFT, TOUCH

- 1 - 2 - 3 Faire trois pas en avançant sur la diagonale D, sur PD-PG-PD [1:30]
- 4 Coup du PG en avant
- 5 - 6 - 7 Faire trois pas en arrière sur la même diagonale, sur PG-PD-PG
- 8 Toucher plante PD à côté du PG et se remettre face au mur de départ [12:00]

WALK FORWARD DIAGONALLY LEFT, KICK, WALK BACK DIAGONALLY RIGHT, TOUCH

- 1 - 2 - 3 Faire trois pas en avançant sur la diagonale G, sur PD-PG-PD [10:30]
- 4 Coup du PG en avant
- 5 - 6 - 7 Faire trois pas en arrière sur la même diagonale, sur PG-PD-PG
- 8 Toucher plante PD à côté du PG et se remettre face au mur de départ [12:00]

CHARLESTON STEP X 2*

- 1 - 4 Poser PD en avant. Coup du PG en avant. Poser PG en arrière. Toucher pointe PD derrière.
- 5 - 8 Poser PD en avant. Coup du PG en avant. Poser PG en arrière. Toucher pointe PD derrière.

GRAPEVINE RIGHT, TOUCH, GRAPEVINE LEFT 1/4 TURN, TOUCH

- 1 - 2 - 3 Poser PD à D. Croiser PG derrière PD. Poser PD à D.
- 4 Toucher plante PG à côté du PD.
- 5 - 6 - 7 Poser PG à G. Croiser PD derrière PG. Faire 1/4 tour à G en avançant PG.
- 8 Toucher plante PD à côté du PG.

REPRENDRE AU DÉBUT

**Ici le pas de "Charleston" est simplifié, on ne fait pas les "Swivels" avec le pied d'appui. Il s'agit plutôt d'un pas de "Black Bottom" pour être exact. Le pas de Charleston serait trop compliqué à faire dans une choré de niveau Débutant. Mais si vous savez faire ce pas, allez-y !*