

Dans sa forme la plus simple, c'est une danse en ligne et en couple (sans changement de cavalier-cavalière) qui alterne 2 parties :

- un déplacement collectif.
- une figure collective.

Les pas de base pour tous les cycles

Au départ, les danseurs se placent en couple, en 2 lignes. Le cavalier et la cavalière se plaçant face à face chacun dans une des 2 lignes.

1^{ère} partie : le déplacement collectif

- Sur 4 temps, l'ensemble des danseurs se déplace vers l'avant puis vers l'arrière avec des appuis « pesants ». Le démarrage se fait toujours pied gauche pour tous.

G devant D devant, G derrière D derrière
1 2 3 4

Au temps 2 le cavalier et la cavalière sont très proches, et peuvent entrer en contact épaule droite (pour les 2 danseurs, une rotation du buste est souhaitée).

Au temps 4 le cavalier et la cavalière ont repris leur position de départ.

Dans une bourrée classique, ce déplacement est reproduit 4 fois.

2^{ème} partie : la figure collective

- Sur 4 temps, l'ensemble des danseurs se déplace vers l'avant en croisant le partenaire pour échanger les positions dans les lignes. La difficulté réside dans le maintien du pas de bourrée 2 temps en avant, 2 temps en arrière. Il faut donc au temps 2, faire ½ tour sur le pied droit pour pouvoir poursuivre en reculant.

G devant D devant, G derrière D derrière
1 2 et 1/2 tour 3 4

Au croisement, les 2 partenaires doivent se faire face à face.

Ce déplacement est reproduit 4 fois.

Alterner ainsi les 2 parties jusqu'à la fin

Variante cycle 2,3

Les partenaires peuvent frapper dans les mains pour annoncer les croisements. Lors du passage face à face, les danseurs peuvent se prendre les 2 mains et les utiliser pour se repousser.

Des figures à 4, où le croisement se fait en diagonale, sont possibles pour des groupes plus experts.

Conseils-remarques :

- Bien faire écouter la musique, la musique donne tous les repères nécessaires.
- Bien faire entrer les danseurs dans la régularité du balancement.
- Bien insister sur la régularité des appuis qui sont très marqués. C'est une danse où le danseur a le temps
- Mettre en évidence le rôle de pivot du pied gauche dans la partie 1.
- Mettre en évidence le rôle du pied droit dans la rotation dans la partie 2.