

Jigs en cercle

<p>Position de départ : Les couples sont disposés sur un cercle, Hommes à l'intérieur, Dames à l'extérieur, dans le sens anti -horaire, se tenant mains intérieures au niveau des épaules. Hommes et Dames commencent sur le pied droit.</p> <p>Difficulté : le pas de "Rising Step". Le premier s'effectuera vers l'intérieur du cercle, c'est-à-dire sur la gauche des danseurs. Après les "Seven", chacun est en appui sur le pied droit, le pied gauche étant devant et légèrement incliné.</p> <p>Hop un : On saute délicatement sur ce pied d'appui en fléchissant le genou droit et en ramenant le pied gauche près du droit, pointe vers le bas et en le tendant.</p> <p>Hop deux : Même petit saut mais le pied gauche va passer derrière le pied droit, lequel devient pied d'appui.</p> <p>Hop un deux trois quatre : Toujours le même petit saut, le pied droit passe derrière le pied gauche pour frapper un et alternativement "deux trois et quatre" pied droit et pied gauche.</p> <p>Pour le second, sur la droite des danseurs, les pieds seront inversés.</p>	
--	--

A	Les couples, se tenant main intérieure (droite Homme, gauche Dame), font 2 pas en avant en commençant pied droit, reculent 2 pas en commençant pied droit et recommencent	8b
B	Pas de "Seven" vers le centre, c'est-à-dire sur leur gauche. "Rising Step" et pas de "Seven" sur leur droite. A la fin de ce "Seven", changement de sens en se tournant vers l'intérieur du couple et en se donnant la main intérieure (gauche Homme, droite Dame). Ils sont maintenant en sens horaire	8b
C	Comme en A, les couples font 2 "avance recule"	8b
D	Pas de "Seven" vers le centre, c'est-à-dire sur leur droite, puis "Rising Step" comme à la figure B A la fin, ils se retrouvent dans la position initiale sens anti -horaire	8b
E	Promenade des couples sens anti -horaire	8b