

**Sidestep : Seven et 2 short Threes** 1,2,3,4,5,6,7 / 1,2,3 / 1,2,3 : les différentes liaisons se font sur les 2 short threes

<b>Danse progressive</b>	<b>Position de départ :</b> les couples forment une colonne et font face à leur partenaire, une ligne de cavaliers et une ligne de ladies les hommes épaule gauche vers le haut de la salle (les musiciens). On peut former des groupes de couples de différents nombres (5 à 10)		<b>8b + n fois 40b Jig 32b Marche</b>
<b>Musique : Jigs &amp; Marche</b>	<b>Important :</b> Les mouvements de <b>A à D</b> sont dansés en Jig et les mouvements de <b>E à G</b> en marche. La danse se fait généralement sur la musique du même nom.	Musiciens	

<b>A</b>	<b>All</b>	<b>Rising Step</b>	•Chaque ligne se tient avec les mains intérieures et danse le pas de <b>Rise and Grind</b> , avec le pied <b>Droit</b> puis avec le pied <b>Gauche</b> en <b>4b</b> .	8b
		<b>Avance / Recul</b>	•1 fois en pas de Jig en <b>4b</b> .	
<b>B</b>	<b>All</b>	<b>Rising Step</b>	•Chaque ligne se tient avec les mains intérieures et danse le pas de <b>Rise and Grind</b> , avec le pied <b>Droit</b> puis avec le pied <b>Gauche</b> en <b>4b</b> .	8b
		<b>Pass Through</b>	•Les lignes se lâchent les mains et chaque danseur <b>traverse</b> pour prendre la place de son partenaire en se croisant épaule Droite •puis chaque danseur <b>tourne SAM</b> sur place (sens des aiguilles d'une montre) et finit face à son partenaire pour reformer les 2 lignes en <b>4b</b> .	
<b>C</b>	<b>All</b>	<b>Répéter A et B</b>	Pour retourner à sa position originale	16b
<b>D</b>	<b>1<sup>er</sup> couple</b>	<b>Down in the center</b>	En <b>Sidestep</b> , le <b>1<sup>er</sup> couple</b> (ou le 1 <sup>er</sup> de tous les 3 ou 5 couples suivant le nombre de couples dans la colonne) •tenu mains Droites, fait <b>Down in the center</b> (vers la fin de la ligne)	8b
		<b>Up in the center</b>	•Le <b>1<sup>er</sup> couple</b> revient à sa place en faisant <b>Up in the center</b> (chacun a retrouvé sa place) finir tout le monde face à la musique	
<b>E</b>	<b>All</b>	<b>Cast Off</b>	•Sur un rythme de marche, les danseurs font les <b>Jets d'eau</b> par l'extérieur des lignes, les hommes vers la gauche, les dames vers la droite •Quand le 1 <sup>er</sup> couple atteint la fin de la ligne ils se <b>tournent</b> l'un vers l'autre pour se rejoindre et se tenir main intérieure, <b>remonte</b> légèrement vers la musique et font une <b>arche</b> avec les 2 mains (non croisées) en <b>8b environ</b>	8b
<b>F</b>		<b>Bridge</b>	• <b>Arche du 1<sup>er</sup> couple</b> •Les couples suivants <b>passent</b> sous l'arche, <b>remontent</b> jusqu'à la position de départ des lignes, chaque couple se lâche alors les mains, pour se faire face et former une <b>arche</b> en <b>8b environ</b>	8b
<b>G</b>	<b>All</b>	<b>Long Bridge</b>	<b>Le 1<sup>er</sup> couple qui vient de faire l'arche :</b> •La <b>Dame remonte</b> les arches par l'intérieur et <b>redescend</b> en fin de ligne par l'extérieur. • En même temps, l' <b>Homme remonte</b> les arches par l'extérieur et <b>redescend</b> en fin de ligne par l'intérieur. •Tout le monde finit en 2 lignes, prêt pour recommencer la danse en A avec un nouveau 1 <sup>er</sup> couple menant la danse. en <b>16b environ</b>	16b

le 1<sup>er</sup> couple passant sous l'arche devient le nouveau couple menant la danse quand elle recommencera en A