

TANGO BORDEAUX

Association

23, rue Saint-Laurent 33000 Bordeaux T: 0556440634 0556440931

<http://tangobordeaux.free.fr> E.mail: tangobordeaux@free.fr.

" Entrez dans la danse de l'élégance, de la sensualité et de la complicité ludique! "

ATELIER CLUB TANGO

N°5

LE PAS DE BASE, *salida, variations.* Atelier -----

HOMME

2 H G coté (long)

3 H D av (en déboîté)

4 H G av

5 H D av joint

FEMME

(H homme, F femme, D droit, G gauche.)

F D coté (court)

F G ar

F D ar

F G croisé Croisé = F glisse G devant et sur D, elle "croise", passe poids du corps sur G qui arrive et libère le D arrière, elle veille au face à face rigoureux des bustes et pieds avec l'homme

SORTIE, RESOLUTION, SALIDA :

6 H G av

F D ar

7 H D coté

F G coté

8 H G joint

F D joint Couple face à face

EXERCICES ET VARIATIONS :

A / Départs directs du 2 ou du 3 : Pratique s'il y a du monde derrière vous!

Le départ sur le 1 est vivement déconseillé car très dangereux pour les autres couples qui viennent de l'arrière et que l'on ne peut voir.

1 H D ar F G av Pas droits, corps emboîtés l'un dans l'autre

Culturellement le pas 1 est prohibé car un H ne recule pas en tango !

Départ du 2 : H gauche de coté. Départ du 3 : H droit en déboîté av (après un pivot guidé du buste sur place pour orienter et faciliter le départ du 3.

B / Empêcher la femme de croiser :

5 H D de coté à dr F G entraînée de coté à g et de ce fait empêchée de croiser.

C / Sortie déboîtée de la femme :

7 H D coté tout petit

F G guidée en grand coté pour pouvoir ensuite déboîter en avant

8 H G ar

F D av déboîté extérieur à l'H.

et enchaîner sur 1, 2, 3... du pas de base par exemple.

D / En boucle :

Faites la boucle en liant exercice B et C!...

E / Sortie vrillée :

Tourner le 6 H G avant buste en biais vers la gauche en quart de tour pour rendre la sortie élégante et dynamique.

F / Variations :

Introduire huit avant, huit arrière, cunitas, sandwichs, hésitations, renoncements et contre temps dans toutes les figures précédentes.

Pour bien commencer :

LE PROFESSEUR C'EST LA MUSIQUE : Ecoutez là, chez vous, sur les lieux de travail si possible, partout et surtout EN DANSANT. Faites alors plus que l'écouter, abreuvez vous de la musique pour que les deux corps deviennent instruments de l'orchestre.

LES TROIS SOLUTIONS : Il y a trois solutions pour apprendre à danser le tango argentin : la pratique, la pratique et la pratique !... Vaine accumulation des cours et figures sans pratique !...

SALIDA : Le 1 de l'homme en départ arrière est à éviter mais s'il existe reculez le talon très au sol, petit pas très droit aligné derrière le gauche. La femme touchera dans son premier pas le pied gauche de l'homme en avançant son propre pied gauche, signe de proximité des corps, signe du corps à corps. Le même effet pour sortir de la salida en 6, l'homme touchera de son gauche le gauche de la femme restant du croisé. Homme et femme prennent la place de l'autre et dansent « emboîtés ». Façon pour l'H de communiquer vraiment son énergie à sa partenaire. Couple sans altérité ne formant qu'un corps de danse. Respirer ensemble.

SANDWICHS : Bien aligner les trois pieds et ne pas reculer les corps.

BOLEOS : Huit arrière et avant contrariés et inattendus pour la femme réalisés avec souplesse et modulés en bas ou en haut, forts ou légers en fonction de l'intention et de l'énergie donnée par le partenaire et en fonction de la musique et de la présence des autres couples !

GANCHOS : Accroches réalisées le plus souvent par la femme et le plus souvent sous la conduite de l'homme. Jambes et pieds alignés dans la même direction grâce à l'assise, « la sentada », offerte par l'homme. Celle-ci permet à la femme de passer du face à face parallèle à une position perpendiculaire des torsos en s'asseyant sur la jambe de l'homme. Sans laisser partir le corps en arrière. Mouvement vrillé en tire bouchon des corps. Jambe de l'homme « pliée en chaise » et contact de son genou avec celui de la femme pour recevoir le gancho que la femme réalise elle même intérieur du genou contre intérieur du genou. Alignement contact des trois genoux !

Sortir des ganchos en départ en avant de la femme, pied et buste orientés en tour vers son partenaire !...

TOURS : Avant, coté, arrière, coté, avant, coté, arrière, coté, avant, etc... pour la femme. Le passage souligné, arrière, coté, avant s'effectue avec un contre temps mais le tour est réalisé régulièrement sans accélération. Tous les pas de la femme se posent sur le cercle du cylindre du couple qui entoure l'homme dans le tour. Pas avant orienté en tour buste et pas vers l'homme, pas de coté près de l'homme et face à face comme pour envelopper l'homme, pas arrière posé très près de l'homme. Passer par le centre talons frottés. La femme donne du dos à la main de l'homme dans ses tours. L'homme conduit tous les pas malgré le caractère automatique du tour mais afin de pouvoir l'interrompre et pour assurer un confort et une harmonie.

PAUSES : Les pauses essentielles permettent de saisir et de goûter ce qui se passe entre deux pas : le tango !...

**Le tango est une culture et une « danse aux possibilités infinies »,
une danse d'instinct et d'improvisation, de sentiments.**

ATELIER CLUB TANGO animé par Jean-Pierre ROCHE