



## TEN STEP

(aussi appelée "Texas 10 Step" ou "10 step Polka")

Chorégraphe :	<i>Inconnu</i>
Niveau :	Débutant
Description :	Danse en ligne, en ronde par couple ou en "mixer"
Musique :	I don't even know your name - Alan JACKSON I want to be a cowboy's sweetheart - Suzy BOGGUSS Whatcha gonna do with a cowboy - Chris LeDOUX Cadillac Ranch - Chris LeDOUX

Pour cette danse de couple, il faut démarrer en "sweetheart" position (bras droit du garçon sur l'épaule de sa partenaire tenant sa main droite), tourner dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, l'homme à gauche de sa partenaire, main gauche au niveau de la poitrine. Il tient la main gauche de sa partenaire.

En danse "mixer"(1), la position de départ est la même qu'en couple.

En danse en ligne, la position de départ est dans le sens du déplacement (sens inverse des aiguilles d'une montre).

<u>Temps</u>	<u>Description des pas</u>	
1-2	Travail du pied gauche	(L. HEEL - TOGETHER)
1	Taper talon gauche devant	
2	Ramener le pied gauche près du pied droit	
3-8	Travail du pied droit	(R. HEEL - HOOK)
3	Taper talon droit devant	
4	Ramener le pied droit près du pied gauche	
5	Taper talon droit devant	
6	Amener le pied droit au niveau du genou gauche	
7	Taper à nouveau le sol avec le talon droit	
8	Ramener pied droit près du pied gauche	
9-10	Travail du pied gauche	(L. HEEL - HOOK)
9	Taper le talon gauche devant	
10	Amener le pied gauche au niveau du genou droit	
11-18	Déplacement vers l'avant en pas chassés	(SHUFFLE)
11&12	Pas chassé en commençant du pied gauche	
13&14	Pas chassé en commençant avec le pied droit	
15&16	Pas chassé en commençant du pied gauche	
17&18	Pas chassé en commençant du pied droit	

### RECOMMENCER DEPUIS LE DEBUT

(1) Quand cette danse est faite en "mixer", on fait 6 shuffle vers l'avant au lieu de 4. La partenaire passe devant son partenaire sur le 1<sup>er</sup> shuffle et sur les 4 shuffle suivants, elle doit rejoindre le danseur qui était auparavant derrière elle. Ils ont alors 2 shuffle pour reprendre la position de départ. Cela donne :

HOMME : déplacement vers l'avant en shuffle gauche, droite, gauche, droite, gauche, droite.

FEMME : Sur le 1<sup>er</sup> shuffle, passer devant le partenaire pour se retrouver à sa gauche

Sur le 2<sup>nd</sup> shuffle, la partenaire se retourne pour se retrouver dans le sens inverse de la ronde

Sur le 3<sup>e</sup> shuffle, la partenaire se dirige vers le danseur qui était initialement derrière elle

Sur le 4<sup>e</sup> shuffle, les deux partenaires reprennent la position sweetheart

Sur les shuffle 5 et 6, les deux partenaires se déplacent ensemble avant de recommencer la danse depuis son début

### OPTION POUR LES 10 PREMIERS TEMPS

- 1-2 Taper le talon gauche, ramener gauche à gauche
- 3-4 Pointer pied droit derrière - Scuff du talon droit
- 5-6 Taper talon droit devant - croiser pointe pied droit devant jambe gauche
- 7-8 Taper talon droit devant, ramener pied droit près du gauche
- 9-10 Taper talon gauche devant, croiser pied gauche devant jambe droite et continuer avec les 4 shuffle...