

Valse Irlandaise "La Saint Bernard"

En ronde, en couple, face à face, les hommes à l'intérieur

On se tient comme pour valser

(les hommes Bras gauche tendu à G, la dame bras D tendu)

video: https://www.youtube.com/watch?v=iMBx2pl_oUM

ou en cercle <https://www.youtube.com/watch?v=ER2vyTqu6s8>

les Pas de l'homme:

A G, à G, à G, taper des 2 pieds

A D, à D

Recule PG, recule PD (balancé)

Avance PG, Avance PD,

Lever bras G, la dame tourne dessous et va vers sa D

Monsieur récupère la dame qui était à sa D

Faire 1 tour de valse Recule PG Avance PD et tourne à D

(tour complet en 6 T 1-2-3, 1-2-3)

Les pas de la Dame

à D, à D, à D, tape tape

à G, à G

Avance PD, avance PG (balancé)

Recule PD, recule PG

Tourner vers la D sous le bras du monsieur (pas de valse)

Pour rejoindre le monsieur qui était à D

Faire 1 tour de valse AV PD Recule PG et tourne à D

(tour complet en 6 T 1-2-3, 1-2-3)

et on recommence