

# LA POLKA NORVEGIENNE

- Par deux en dispersion dans l'espace

## INTRODUCTION 8 temps

### Thème A 8 temps

- Par couple face à face en se donnant les deux mains.

- |                |                                 |   |       |
|----------------|---------------------------------|---|-------|
| A <sub>1</sub> | 4 temps                         |   | ] x 4 |
| ▪              | 1 pas latéral SAM               | ↗ fille D rassemble G<br>↘ garçon G rassemble D |       |
|                | ▪                               | 1 pas latéral SIAM (l'inverse)                  |       |
| A <sub>2</sub> | 4 temps                         |   |       |
| ▪              | tape des pieds (DGD ou GDG) x 3 | corps orienté vers le SAM                       |       |
| ▪              | tape des pieds (l'inverse) x 3  | corps orienté vers le SIAM                      |       |

### Thème B 32 temps

Coude à coude, en pas sautillés

- 16 temps dans le SAM
- 16 temps dans le SIAM

## DEROULEMENT DE LA DANSE

A et B 4 fois

## VARIANTES

### Thème A

pour les cycles 3

- A<sub>1</sub>
- Pas de polka dans le SAM
  - Pas de polka dans le SIAM

A<sub>2</sub> idem

### Thème B

- Coude à coude, en pas sautillés
- 8 temps dans le SAM
  - 8 temps dans le SIAM
- x 2