

8^o V^o pièce
20166

SEINE-INF^{RE}
MAURICE RIESTER

Professeur de danse à l'École Militaire de St-Cyr
aux Lycées Louis le Grand, Victor Duruy et Lamartine
au Lycée de la rue des Filles de Versailles

DÉPÔT LÉGAL

Danses Modernes

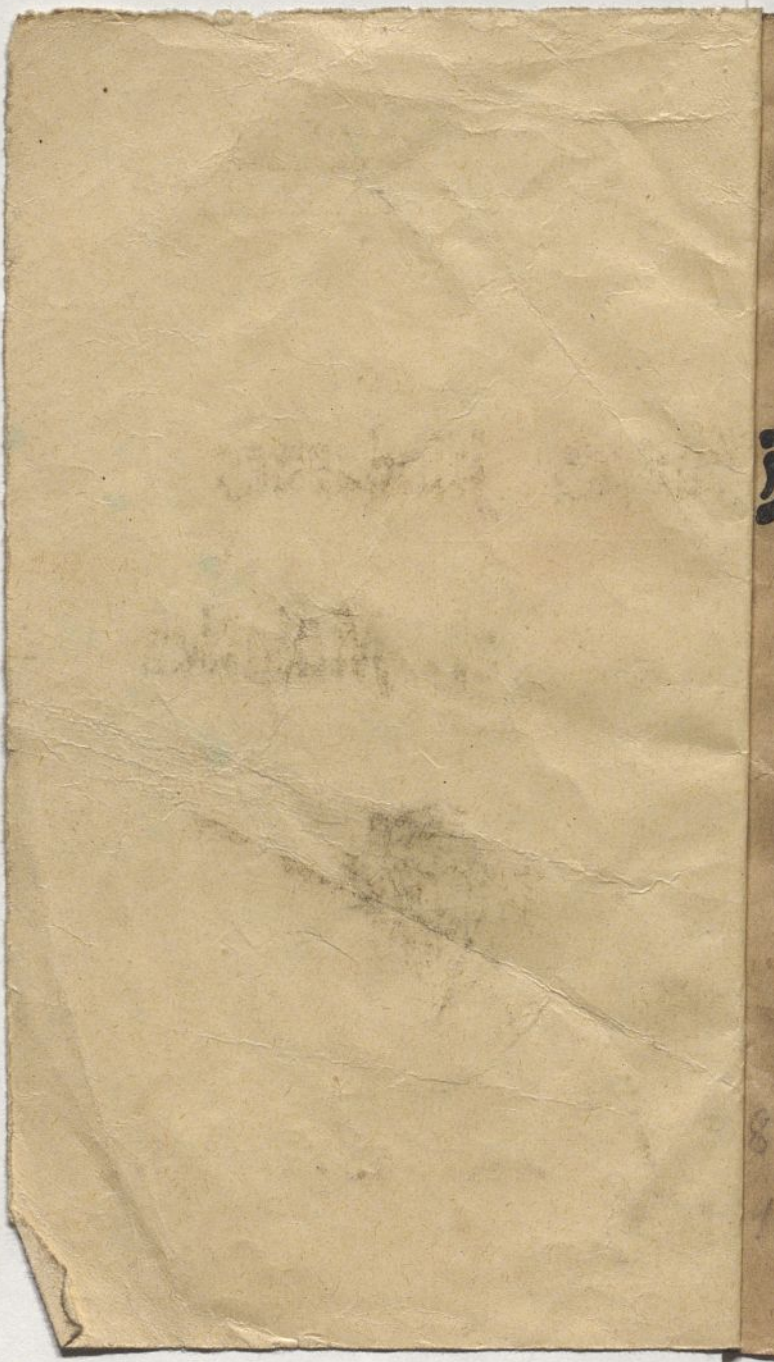
ET

Maintien



PARIS — 6, rue Ballu — PARIS

Prix : 0.75



MAURICE RIESTER

Professeur de danse à l'Ecole Militaire de St-Cyr
aux Lycées Louis-le-Grand, Victor Duruy et Lamartine
au Lycée de Jeunes Filles de Versailles

Danses Modernes
et Maintien



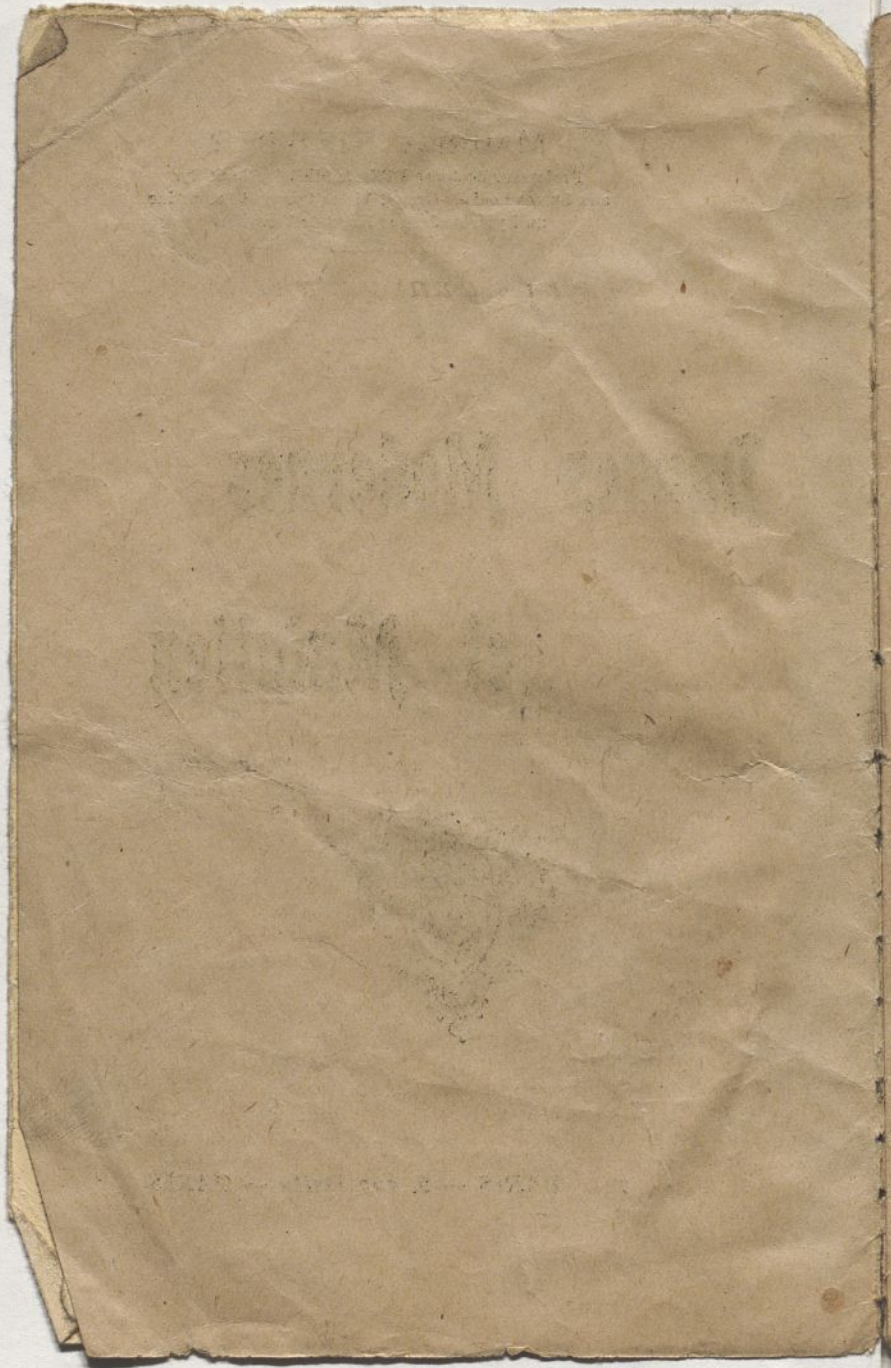
Pica

8 V

166

PARIS — 6, rue Ballu — PARIS





De la tenue dans la danse



Dans les salons où l'on danse, jeunes gens et jeunes filles s'appliquent à adopter un maintien très incorrect et cela bien souvent pour se donner un genre nouveau ou par snobisme.

TENUE INCORRECTE. — La jeune fille se renverse en arrière, place sa main gauche sur le cou de son danseur, se tient complètement de côté et en dedans ; le cavalier enlace complètement la taille de sa danseuse de son bras droit, se place aussi en dedans ou encore la main droite sur la hanche gauche de sa danseuse, joue contre joue, et ramène sa main gauche devant son épaule gauche, coude levé. Ainsi placés, danseur et danseuse sont obligés de danser de côté et paraissent grotesques.

TENUE CORRECTE. — Le danseur doit placer sa main droite renversée au milieu du dos de sa danseuse, sa main gauche soutient la main de sa danseuse près de son épaule gauche. Il doit avoir le corps droit.

La danseuse se place en face et à droite de son danseur, la tête légèrement tournée en dehors, la main gauche reposant sur le bras droit de celui-ci ou encore la main gauche renversée derrière l'épaule droite de ce dernier. Dans cette dernière position, qui doit être élégante, danseur et danseuse peuvent évoluer facilement sans se marcher sur les pieds ni se rencontrer les genoux.

Jeunes gens et jeunes filles ne mettent plus de gants Pourquoi ? Ne serait-ce que par hygiène, les danseurs devraient toujours en porter, ils éviteraient ainsi de froisser et de salir le corsage de leurs danseuses.

INVITATION. — Actuellement, après chaque danse, danseurs et danseuses se quittent brusquement et s'en vont chacun de leur côté ; cela est tout à fait contraire à la galanterie française. Il est tout naturel de se remercier mutuellement après chaque danse et le danseur doit présenter son bras à sa danseuse pour la reconduire à sa place.

Dans la manière actuelle de danser, il n'y a plus de méthode, on mélange les pas de toutes les danses et les danseurs s'y perdent eux-mêmes.

Autrefois, chaque danse avait son caractère spécial, pourquoi ne pas continuer ainsi ; un tango doit rester tango, il ne faut pas y ajouter du Fox-trot ou mêler one step et Fox-trot ; chaque pas doit appartenir en propre à la danse qui lui convient.

Cette mauvaise habitude vient de ce que les danseurs n'ont pas la patience d'apprendre à fond ces danses séparément.



Boston

Le cavalier se place dans un carré imaginaire tracé autour de ses pieds et marche sur les angles de ce carré comme il suit :

Il fait un pas en avant du pied droit, un pas de côté du pied gauche, assemble le pied droit au pied gauche, un pas en arrière du pied gauche, un pas à droite du pied droit et assemble le pied gauche au pied droit.

Il répète les mêmes pas sur les quatre faces en tournant d'un quart de tour à droite. La dame fait les mêmes pas. Pour danser, le cavalier commence du pied gauche et en arrière, la dame du pied droit en avant.



Double-Boston

Pas du Cavalier. — Le cavalier exécute le pas de Boston tourné à droite, il arrête son mouvement tourné par un pas de boston du pied gauche en ligne droite en arrière, puis il croise son pied droit derrière le pied gauche jambe pliée, en se redressant sur la jambe droite, lève le pied gauche jambe allongée et pivote sur le talon droit en faisant face à gauche. Il continue ces pas en tournant à gauche.

Pour reprendre le boston à droite, le cavalier exécute six petits pas marchés en avant en partant du pied gauche ou un pas lent (une mesure) et un pas de boston du pied droit.

Pas de la Dame. — La dame exécute du pied droit en avant, un pas de boston en ligne droite, glisse son pied gauche en avant, jambe pliée, se redresse sur la jambe gauche, le pied droit levé, la jambe allongée et pivote sur la pointe du pied gauche pour faire face à gauche. Elle pose son pied droit à terre, fait un pas à gauche du pied gauche, assemble le pied droit au pied gauche, fait un pas en avant du pied gauche,

un pas de côté du pied droit et assemble le pied gauche au pied droit, pour chasser ce dernier pied en arrière, jambe tendue, ensuite elle exécute six pas marchés en arrière pour reprendre le boston.



Triple Boston

Le cavalier croise le pied gauche devant le pied droit en faisant face à droite, glisse le pied droit en arrière en revenant face en avant, un pas à gauche du pied gauche sur le côté gauche et croise le pied droit devant le pied gauche en faisant face à gauche, puis il exécute six petits pas marchés.

La dame exécute les mêmes pas dans le sens contraire.



Paso Doble

(Genre One Step)



One Step

- 1^{re} Figure. — Trois pas en arrière ou en avant.
- 2^e Figure. — Trois pas de côté.
- 3^e Figure. — Pas chassé à droite ou à gauche.
- 4^e Figure. — Pas tourné à droite ou à gauche.
- 5^e Figure. — Quatre pas glissés précipités à droite ou à gauche.
- 6^e Figure. — Pas croisés à droite ou à gauche.

1^{re} Figure. — *Pas en arrière.* — Le cavalier exécute trois pas en arrière et reprend la marche en avant. La dame fait ces trois pas dans le sens contraire.

2^e Figure. — *Pas de côté.* — Le cavalier exécute un pas sur le côté droit, assemble le pied gauche au pied droit, refait un pas à droite et reprend la marche en avant du pied gauche.

La dame fait les mêmes pas sur le côté gauche.

3° Figure. — *Pas chassés.* — Le cavalier fait un pas à gauche, assemble le pied droit au pied gauche pour chasser ce dernier pied de côté, le corps légèrement incliné à gauche.

La dame fait le même pas chassé vers la droite.

Cavalier et dame, après avoir exécuté plusieurs fois de suite ce dernier pas, font deux pas marchés en tournant à droite et répètent les mêmes chassés du pied opposé dans la même direction.

4° Figure. — *Pas tourné.* — Cavalier et dame pivotent sur la pointe du pied droit et s'aident du pied gauche pour tourner à droite ou à gauche.

5° Figure. — *Les Glissés.* — Le cavalier exécute quatre petits glissés précipités en avant du pied droit ou du pied gauche.

La dame fait les mêmes glissés en arrière.

6° Figure. — *Les Croisés.* — Le cavalier fait un pas à gauche, croise le pied droit derrière le pied gauche, refait un pas à gauche et croise le pied droit devant. Il répète ces pas plusieurs fois de suite.

La dame exécute les mêmes pas croisés en partant du pied droit, elle croise une fois le pied gauche devant et une autre fois derrière.



Polka Américaine

Marche à deux pas

1^{re} Figure. — Trois glissés et un temps marqué.

2° Figure. — Trois pas courus et un temps marqué.

3° Figure. — Un chassé de pied de côté à droite ou à gauche et un léger temps marqué.

4° Figure. — Pas du two-step en ligne droite et en tournant.

5° Figure. — Changement de pied simple ou double.



6° Figure. — Mêmes changements de pieds en tournant.

7° Figure. — Pas de sept à droite et à gauche.

8° Figure. — Pas hésitation.

Marche à deux pas. — Poser le pied gauche à plat en avant. S'élever sur la pointe de ce pied et reposer aussitôt le talon en avançant le pied droit et légèrement l'épaule gauche.

Refaire le même pas en avant du pied droit.

La dame fait la même marche, mais en arrière.

1^{re} Figure. — *Les Glissés.* — Le cavalier exécute trois glissés en avant du pied droit et pose le talon de ce pied au 4^e temps, en avançant le pied gauche pour reprendre la marche en avant.

La dame fait les mêmes glissés du pied gauche en arrière.

2° Figure. — *Les pas courus.* — Le cavalier exécute trois petits pas courus en avant en partant du pied droit et marque le 4^e temps en posant le talon de ce dernier pied, puis il reprend la marche en avant du pied gauche.

La dame fait les trois pas courus en arrière en partant du pied gauche.

3° Figure. — *Pas chassé.* — Le cavalier exécute un pas de côté du pied droit, assemble le pied gauche à ce dernier pied pour le chasser de côté et reprend la marche en avant du pied gauche.

La dame fait le même pas chassé sur le côté gauche.

4° Figure. — *Two-Step.* — Exécuter en avant deux glissés du pied droit en avançant l'épaule droite, ensuite du pied gauche et terminer par deux pas de two-step en tournant, puis reprendre la marche en avant.

La dame fait les mêmes pas en arrière et en tournant.

5° Figure. — *Le changement de pied simple.* — Le cavalier s'arrête sur le pied droit en avant, marque

un temps d'arrêt en allongeant la jambe gauche en arrière, pose le pied gauche, assemble le pied droit à ce dernier pied et reprend la marche en avant en partant du pied gauche.

La dame fait un pas en arrière du pied gauche, pose le pied droit en avant, assemble le pied gauche au pied droit et reprend la marche en arrière de ce dernier pied.

Ce changement de pied se fait aussi en tournant à gauche.

6° Figure. — *Le changement de pied double.* — Exécuter le changement de pied simple et le répéter de l'autre pied d'après les mêmes principes.

Ce changement de pied double se fait aussi en tournant à gauche comme le simple et également en tournant à droite.

7° Figure. — *Pas de sept.* — Le cavalier pose la pointe du pied droit en avant, la jambe allongée, ensuite en arrière et en avant (5 temps), assemble le pied gauche au pied droit pour chasser ce dernier pied en avant (2 temps). Refaire le même pas du pied gauche en avant.

La dame fait les mêmes pas en commençant du pied gauche en arrière.

8° Figure. — *Pas hésitation.* — Cavalier et dame se balancent sur place en levant alternativement un pied derrière la jambe « du pied qui reste à terre » plusieurs fois de suite. Le cavalier croise le pied droit devant le pied gauche, fait un pas de côté du pied gauche en sursautant sur ce pied, en tournant à droite et en posant aussitôt le pied droit de côté, puis il assemble lentement le pied gauche au pied droit en inclinant un peu le corps de ce côté. Il reprend la marche en partant du pied gauche.

La dame fait les mêmes pas en croisant le pied gauche devant et reprend la marche du pied droit en arrière.

Habanera

Marche lente

- 1^{re} Figure.** — Le Corté deux fois.
2^e Figure. — Le Huit.
3^e Figure. — Promenade croisée et assemblée
4^e Figure. — Le Corté deux fois.
5^e Figure. — Le Carré ou Média luna.
6^e Figure. — Promenade balancée.
Marche Argentine.

PREMIÈRE PARTIE

Marche. — Marcher lentement en posant délicatement la pointe du pied sur le sol.

Marche argentine. — Le cavalier exécute un pas en avant du pied droit en effaçant l'épaule gauche en arrière, un pas en avant du pied gauche en effaçant l'autre épaule en arrière, fait un pas à droite sur le côté droit et assemble le pied gauche au pied droit.

La dame fait les deux pas en arrière en partant du pied gauche, le pas de côté à gauche et l'assemblée du pied droit.

1^{re} Figure. — *Le Corté.* — Le cavalier exécute un pas en avant du pied droit, un pas sur le côté gauche du pied gauche, assemble le pied droit au pied gauche pour chasser ce dernier pied en arrière. Il plie légèrement la jambe gauche, le corps incliné à droite, pointe du pied droit levée.

La dame fait un pas en arrière du pied gauche, un pas de côté du pied droit, assemble le pied gauche au pied droit pour chasser ce dernier pied en avant. Elle plie légèrement la jambe droite, le corps incliné à gauche, talon gauche levé.

Refaire ce pas une deuxième fois.

2^e Figure. — *Le Huit.* — Le cavalier croise le pied droit devant le pied gauche, fait un pas de côté du pied gauche, glisse le pied droit en arrière, croise le pied gauche devant le pied droit, fait un pas de côté du pied droit, glisse le pied gauche en avant et refait

un pas croisé du pied droit et un pas de côté du pied gauche.

La dame fait les mêmes pas croisés et glissés en commençant du pied gauche.

3^e Figure. — *Promenade croisée et assemblée.* — Le cavalier exécute un pas à droite, croise le pied gauche devant le pied droit, fait un pas à droite et assemble le pied gauche derrière le pied droit ; il refait le même pas vers la droite, puis il fait face à gauche pour recommencer les mêmes pas du côté opposé en partant du pied gauche et termine cette promenade par un demi-corté en glissant son pied gauche en arrière.

La dame exécute les mêmes pas dans le même sens que le cavalier du pied opposé et termine la promenade en glissant son pied droit en avant.

DEUXIÈME PARTIE

4^e Figure. — Recommencer le corté de la première figure et exécuter aussitôt le carré.

5^e Figure. — *Le Carré ou Média luna.* — Le cavalier exécute un pas en avant du pied droit, un pas à gauche sur le côté gauche, assemble le pied droit au pied gauche pour chasser ce dernier pied en arrière, fait un pas du pied droit sur le côté droit et assemble le pied gauche du pied droit pour chasser ce dernier pied en avant. Il répète cette figure une deuxième fois.

La dame fait les mêmes pas en partant du pied gauche en arrière.

6^e Figure. — *Promenade balancée.* — Le cavalier exécute à sa droite trois pas marchés en prenant point d'appui sur le troisième pas et balance le corps en revenant sur le pied gauche en arrière. Il recommence une deuxième fois ces quatre temps, puis il croise le pied droit devant le pied gauche pour faire face à gauche, fait un pas du pied gauche devant lui et balance aussitôt le corps du pied gauche sur le pied droit, il refait un pas en avant du pied droit et termine la promenade par un corté.

La dame exécute les mêmes pas du pied opposé.

80^e fige
n^o 20. 166

Valse-Hésitation

1^{re} Figure. — Le cavalier glisse son pied gauche en avant, le corps incliné à gauche (1 mesure), fait un pas de boston du pied droit en avant, un pas de boston du pied gauche, un en arrière, un en tournant à droite.

Il glisse le pied droit en avant (1 mesure), refait un pas de boston du pied gauche en avant, un pas de boston en arrière et un en tournant à gauche.

La dame exécute les mêmes pas du pied opposé, mais dans le sens contraire du cavalier.

2^e Figure. — *Premier pas.* — Le cavalier fait face à gauche, « place sa main droite sur la hanche gauche de sa dame », exécute un pas en avant du pied gauche et lève la jambe droite tendue en avant (1 mesure).

Deuxième pas. — Il exécute deux pas marchés en avant en partant du pied droit et assemble le pied droit au pied gauche pour chasser ce dernier pied.

Troisième pas. — Il refait un pas en avant du pied gauche en faisant face à droite (1 mesure).

Quatrième pas. — Croise le pied droit derrière le pied gauche, les jambes pliées, il tourne à gauche, pivote sur le talon droit en levant la jambe gauche allongée devant lui (double boston).

La dame fait les mêmes pas en partant du pied droit et croise aussi en arrière.

3^e Figure. — Le cavalier exécute les deux premiers pas de la deuxième figure, mais il fait un demi-tour à droite au chassé du pied du deuxième pas. Puis il pose le pied gauche à terre (1 mesure), fait face à gauche, croise le pied droit derrière le pied gauche, jambe pliée et pivote sur le talon droit en tournant à gauche pour revenir face en avant.

Pour passer de la deuxième à la troisième figure — au quatrième pas de la deuxième figure — le cavalier fait tourner sa dame face en arrière pour se placer tous deux épaule droite à épaule droite.

3^e Figure. — La dame exécute en arrière le premier et le deuxième pas de la deuxième figure, mais au deuxième pas, elle fait un demi-tour à droite au chassé de pied ; elle recommence les pas en avant « ou troisième pas » et répète le deuxième pas en tournant à gauche au chassé de pied.

Prendre la première figure qui peut aussi être remplacée par des pas de boston.



La Farlotta

Cavalier et dame se tiennent comme dans les danses tournantes.

1^{er} Pas. — *Pas du Cavalier.* — Le cavalier fait un pas oblique en arrière du pied gauche (un jeté), un pas oblique en arrière du pied droit, assemble le pied gauche au pied droit pour chasser ce dernier pied et le glisser de côté ; assemble une deuxième fois le pied gauche au pied droit pour chasser ce dernier pied et le lever en avant jambe allongée (4 temps).

Il exécute en avant en partant du pied droit les deux pas obliques, le chassé du pied droit et le glissé du pied gauche, puis le deuxième chassé du pied droit et lève le pied gauche en arrière jambe allongée (4 temps).

La dame fait les mêmes pas, mais en partant du pied droit en avant.

Ces pas s'exécutent dans tous les sens en avant, en arrière et en tournant.

2^e Pas. — *La Promenade.* — Cavalier et dame font face du même côté (cavalier à gauche, dame à droite), la dame met sa main droite en arrière sur sa taille et allonge son bras gauche sur le côté, le cavalier lui donne main droite à main droite en arrière sur la taille et main gauche à main gauche près de son épaule gauche.

Ainsi placés, ils exécutent deux pas marchés devant eux, en partant du pied qui est en dehors, puis le glissé et le chassé de pied et répètent en avant les deux

pas marchés, le glissé et le chassé de pied, en partant du pied qui est en dedans.

Après le chassé de pied, la jambe qui est levée en avant doit être allongée, l'autre pliée.

3^e Pas. — *Pas Croisés.* — Cavalier et dame font deux pas en arrière en partant du pied qui est en dehors, puis le glissé et le chassé de pied également en arrière.

Le cavalier croise le pied droit derrière le pied gauche, pivote sur ce dernier pied pour faire face en arrière et exécute un pas en arrière du pied gauche. La dame fait un pas en avant du pied gauche, pivote sur la pointe de ce pied pour faire face en arrière et sans quitter les mains de son cavalier, place la main gauche sur sa taille en arrière et allonge son bras droit sur le côté, puis exécute un pas en arrière du pied droit.

Tous deux refont en arrière le pas glissé et le chassé de pied. Ils répètent le même pas et le changement de bras du sens contraire.

Il faut avoir soin de plier un peu sur les jambes pour faire les pas croisés et d'incliner légèrement le corps en avant pour exécuter les pas en arrière).

On peut exécuter chaque pas autant de fois qu'on le désire, mais il sera préférable de suivre l'ordre indiqué pour chacun d'eux, qui devra se danser pendant 8 mesures.



Merry Life

Cavalier et dame se tiennent comme dans les danses tournantes.

1^{re} Figure. — Le cavalier exécute en avant (ou en arrière) en partant du pied gauche, la dame en arrière (ou en avant) du pied droit, quatre pas marchés allongés en balançant légèrement le corps.

Ils s'arrêtent, font un autre pas, puis les pieds étant éloignés se balancent trois fois en portant le poids du

corps d'un pied sur l'autre et ensemble exécutent un changement de pieds (glisser le pied qui est en avant, en arrière ou vice-versa). Tous les deux reprennent les pas marchés du pied opposé, ainsi que le changement de pieds (8 mesures).

Le cavalier du pied gauche, la dame du pied droit font un pas glissé de côté et assemblent l'autre pied à celui qui a glissé ; ils répètent ces deux pas une deuxième fois.

Ensuite ils font trois grands pas en tournant vers la droite, mais en même temps le cavalier, sans quitter la taille de sa dame, la fait passer à sa droite (face en avant) et tous les deux croisent le quatrième pas en arrière pour plier les deux jambes. Ils se redressent sur les jambes, glissent le pied qui est en arrière de côté et assemblent l'autre pied à celui qui a glissé, en se faisant face ; ils répètent ces deux pas une deuxième fois. Puis ils se redonnent la main pour faire les trois grands pas en tournant à droite et en croisant le quatrième pas en arrière pour plier les deux jambes, le cavalier fait encore passer la dame à sa droite (8 mesures).

Ils répètent une deuxième fois cette reprise (16 mesures).

2^e Figure. — Le cavalier allant en avant, la dame en arrière, ils exécutent huit pas légers, sursautés deux fois sur chaque pied (1 temps) en frôlant le parquet du pied qui se lève, plus quatre changements de pieds faits lentement et quatre pas piqués assez vite sur les côtés. Piquer la pointe du pied gauche sur le côté en s'élevant sur la pointe du pied droit et poser le pied gauche près du pied droit pour chasser ce dernier pied de côté (8 mesures). Refaire les mêmes pas (8 mesures).

Répéter la première figure une seule fois (16 mesures).

3^e Figure. — Le cavalier croise son pied gauche devant le pied droit, la dame son pied droit derrière le pied gauche et se place épaule gauche contre épaule gauche. Tous les deux se balancent en déplaçant les

pieds et en portant le poids du corps d'un pied sur l'autre, huit fois en tournant vers la droite (4 mesures). Ils font un pas de côté, croisent le pied opposé pour tourner vers la gauche en se plaçant épaule droite contre épaule droite (4 mesures), (deux fois). Puis ils refont les pas marchés allongés (4 mesures). Pour terminer, on reprend la deuxième et la première figure.

On peut changer à volonté l'ordre des pas et mouvements.



Scottish Espagnole

Cavalier et dame se tiennent comme dans les danses tournantes.

Le cavalier part du pied gauche et la dame du pied droit.

La dame exécute les mêmes pas que le cavalier, mais dans le sens opposé.

1^{re} Figure. — Marcher quatre pas lents (2 temps par pas) ; exécuter quatre pas tournés à droite en sursautant deux fois sur chaque pied ; courir trois petits pas en avant en marquant un temps d'arrêt et trois autres mêmes pas en arrière du pied droit. Reprendre la marche lente.

2^e Figure. — Faire deux pas de polka en tournant à droite, deux pas marchés sur le côté gauche et un pas de polka pour exécuter un demi-tour à gauche. Refaire deux pas marchés sur le côté droit et un pas de polka par un demi-tour à droite. Répéter les deux pas de polka pour exécuter un tour complet vers la droite.

Reprendre indifféremment l'une ou l'autre figure, à la volonté des danseurs.



* * * EU (SEINE-INF.) * * *
* * * 15, PLACE ST-JACQUES * * *
* * * IMPRIMEUR * * *
E. POUCHIN-PÈRE

BIBLIOTHEQUE NATIONALE DE FRANCE



3 7531 01362559 6