

Académie de Danse

A. BAÏSSAS

Professeur

20, RUE GAMBETTA, 20

POITIERS

*** IMPRIMERIE ***
ROGER ROBINEAU
— POITIERS —



AIDE-MÉMOIRE
DU
DANSEUR

THÉORIE DES DIVERSES
Danses Modernes

par le

Professeur A. BAÏSSAS

Chevalier de la Légion d'Honneur
Croix de Guerre -- Officier d'Académie
Membre de l'Union des Professeurs de Danse
de France

20. Rue Gambetta

POITIERS

A mon collègue
et excellent ami M. Vollier
Prof. à Châtelleraut en l'espérance
de nos meilleurs sentiments
Poitiers le 10. 1922
A. Baïssas

26 6915 15 E

AIDE-MÉMOIRE
DU
DANSEUR



THÉORIE DES DIVERSES
Danses Modernes

par le
Professeur A. BAÏSSAS

Chevalier de la Légion d'Honneur
Croix de Guerre -:- Officier d'Académie
Membre de l'Union des Professeurs de Danse
de France

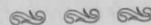
20. Rue Gambetta

POITIERS

From the collection of Nick Enge



Avant-propos



Ce recueil n'a pas pour effet de suppléer ou de remplacer les leçons données par le professeur, car en plus de la technique des pas, il y a les positions, la tenue, la cadence, la finesse de la danse et enfin ce je ne sais quoi, qui ne peuvent être enseignées par la lecture.

Néanmoins, comme son titre l'indique il permettra à l'élève de répéter chez lui la leçon apprise chez le professeur, de retrouver un pas oublié ou mal retenu.



LA TENUE



La position du Couple dansant doit être correcte, sans contrainte en d'autres termes, naturelle.

Le danseur tient de sa main droite sa danseuse à la taille, un peu en arrière ; la main gauche, reçoit la main droite de la danseuse, les bras de ce côté légèrement arrondis et les coudes presque à la hauteur des épaules, la danseuse repose sa main gauche sur le bras droit de son partenaire un peu au dessus du coude.

La tête doit être droite dans les mouvements en avant et en arrière ; dans les pas de côté elle doit faire face à la direction.

Les pas décrits dans cet aide-mémoire s'appliquent au danseur, la danseuse exécute les pas contraires et du pied opposé chaque fois que le pas n'est pas indiqué spécialement pour elle.

En règle générale, les danseurs face à face partent, le danseur en avant du pied droit, la danseuse en arrière du pied gauche.

Les danses modernes n'étant pas réglées, tous les pas sont exécutés à la volonté du danseur qui doit guider sa danseuse sans aucune gêne ; l'art de bien conduire est difficile à acquérir, ce n'est qu'au bout d'un certain temps qu'on devient un bon danseur.

Je recommanderai surtout, aux débutants, de ne pas trop s'extasier à la vue de pas acrobatiques dont la fantaisie quelquefois amusante, parfois de mauvais goût, est presque toujours inesthétique et de s'en tenir aux pas appris par le professeur, dont l'expérience a su faire un choix suffisant permettant de danser avec correction, élégance et bon goût, qui sont l'apanage de la Société Française.



ONE-STEP

Mesure 2/4, battement à la noire 126 à 138



1. LA MARCHÉ, - légère, souple et cadencée.

Glisser la pointe à terre sans flexion et laisser retomber naturellement le talon à chaque pas.

Cette marche se fait en avant et en arrière (1 pas par temps).

2. **POUR TOURNER.** — On se sert du pas de boston simple (3 mouvements, 3 temps) : demi tour.

Exemple : Glisser pied droit en avant (1 temps), glisser pied gauche en avant (1 temps) en ayant soin de tourner vers la droite. — Assembler le droit au gauche (1 temps) en terminant le 1/2 tour.

Répéter ces mouvements en arrière et en partant du pied gauche pour faire un second demi tour.

3. **GLISSÉS DE COTÉ, ÉCHAPPÉS ou PAS D'ARRÊT.** — Glisser le droit sur le

côté droit (1 temps) assembler le gauche au droit (1 temps), repartir du pied droit pour la marche.

4. **LES PIVOTS** — Pivoter sur place en se servant du pied droit comme pivot et en déplaçant le gauche à chaque temps (1 mouvement par temps).

5. **PAS CROISÉS** — Porter le pied gauche en avant et à gauche (1 temps), croiser le droit derrière le gauche en emboitant (1 temps), porter le pied gauche en avant (1 temps), laisser retomber le pied gauche à plat en pivotant légèrement vers la gauche (1 temps).

Recommencer du pied droit et à droite.
La danseuse croise devant.

6. **CHANGEMENT DE PAS.** — Porter pied droit en avant (1 temps), assembler pied gauche au droit (1 temps), repartir du pied droit.

Ce pas peut se faire également sur 1 temps, dans ce cas les pas n'ont que la valeur d'un demi temps.

On peut introduire dans le *One-Step*, le Pas Argentin du Tango et la Promenade Argentine également du Tango.



EL PASO-DOBLE

Mesure 2/4 ou 3/4 -- Battement 108 à la noire



Le Paso-doble que l'on confond bien souvent et à tort avec le *One-Step* est une *danse Espagnole* caractérisée par ses petits pas marchés, les pieds bien à plat, un léger mouvement de hanches, juste perceptible et une attitude fière.

1. **MARCHE.** — Marcher en avant en partant du pied droit (*1 pas par temps*) en posant la pointe d'abord et laisser retomber le pied à plat. — Ces pas de marche se font très petits, presque sur place.

Cette marche s'exécute en avant, en arrière et en tournant.

2. **TEMPS FRAPPÉ.** — Poser le pied droit à droite (pied à plat) (*1 temps*), poser le gauche contre le droit (pied à plat) (*1 temps*), répéter à volonté et également à gauche.

3. **PAS PIVOTÉS SUR PLACE.** — Pivoter à droite en portant alternativement le poids

du corps d'un pied sur l'autre (*1 temps par mouvement*) en se servant du pied droit comme pivot.

Ce mouvement doit être rapide et bien sur place.

4. **PAS MARQUÉS.** — Marquer le pas sur place sans déplacer les pieds.

5. **PAS BALANCÉS.** — Poser le pied droit un peu à droite et frapper le gauche contre le droit (gauche surélevé) (*1 temps*), répéter à gauche.

6. **RÉUNIR LES PIEDS.** — Se soulever sur les 2 pointes et laisser retomber les talons ensemble en frappant (*1 temps*).

7. **PIEDS RÉUNIS.** — Pivoter sur les deux pointes, faire face à droite en laissant retomber les talons ensemble et en frappant (*1 temps*) faire face à gauche -id-. (*1 temps*).



FOX-TROT - SHIMMY

Mesure 4 temps ou c/.

Battement 144 à 160 à la noire



Le Fox-trot et le Shimmy se sont fondus en une seule danse ou tous les mouvements en ciseaux talons en dehors sont supprimés.

1. **LA MARCHÉ**, très souple et allongée sans raideur. — Marcher en avant et en arrière en pas très allongés en glissant un peu la pointe à terre et en laissant ensuite retomber le pied à plat naturellement et sans saccade (*compter 2 temps par pas de marche*).

2. **ECHAPPÉS A DROITE**. — Glisser le pied droit à droite (*1 temps*), assembler le pied gauche au droit (*1 temps*).

Reprendre la marche du pied droit.

3. **PAS CROISÉS**. — Exécuter les pas croisés du One-Step mais sur un rythme plus lent.

4. **SIDE-STEPS**. — Le couple partant sur le côté, faire 3 petits pas en partant du pied gauche

(danseur) du pied droit (danseuse), croiser devant au 2^e et marquer un temps d'arrêt au 3^e (*4 temps*) sur ce dernier temps (*4^e*) reprendre la marche en avant après avoir fait revenir sa danseuse devant soi

5. **LE DOUBLE BALANCÉ**. — Poser le pied gauche à gauche (*1 temps*), rassembler le droit au gauche (*1 temps*), poser le gauche à gauche (*1 temps*), ramener le pied droit contre le gauche, croisé derrière et détaché du sol (*1 temps*), poser le pied droit à droite (*1 temps*), ramener le pied gauche contre le droit croisé derrière et détaché du sol (*1 temps*), reprendre la marche en avant, ou répéter ce double balancé à volonté.

6. **CROISÉS DE COTÉ**. — Poser le gauche à gauche bien ouvert (*1 temps*) croiser le droit derrière (*1 temps*), poser le gauche à gauche bien ouvert (*1 temps*), soulever le pied droit et le reposer sur place en redressant la pointe (*1 temps*), soulever le gauche, le reposer sur place bien ouvert (*1 temps*).

Répéter à volonté.

7. **GLISSÉS DE COTÉ** — Poser la pointe gauche tout près du pied droit (*2 temps*), poser le

pied gauche à gauche en allongeant un peu (*2 temps*)
 assembler le droit au gauche en glissant (*2 temps*).

8. **PIVOT.** — Poser le pied droit en avant,
 pivoter sur ce pied un demi-tour à droite en sou-
 levant le pied gauche et reposer ce pied gauche
 en arrière (*4 temps*) poser le pied droit en arrière
 (*1 temps*) poser le pied gauche en arrière (*1 temps*),
 poser le pied droit en arrière (*2 temps*).

Ces 3 pas sont des pas courus, en les exécutant
 donner un léger mouvement d'opposition aux
 épaules.

9. **THE 3 STEPS.** — Poser le pied droit
 en avant (*1 temps*), poser la pointe du gauche à
 la hauteur du droit (*1 temps*), allonger le pied
 droit en avant (*2 temps*).

10. **POUR TOURNER.** — Exécuter des
 petits pas chassés en partant du pied gauche si
 l'on veut tourner vers la droite en ayant soin de
 fermer la pointe du pied qui commence le mou-
 vement tournant. — Exécuter le mouvement con-
 traire si l'on veut tourner dans l'autre sens (*4 temps*).

On tourne également par des pas voltés :

VOLTES AVANT A DROITE — Poser

le droit en avant la pointe bien ouverte (*1 temps*),
 pivoter sur cette pointe de pied en faisant un $1/2$
 tour (*1 temps*).

VOLTES ARRIÈRE A DROITE. — Le
 pied gauche étant posé en arrière (*1 temps*), pivoter
 sur cette pointe de pied en faisant $1/2$ tour à
 droite et poser le pied droit en avant (*1 temps*).



SCOTTISCH

ESPAGNOLE

Mesure 4 temps -- Battement 112 à la noire



Se danse le corps bien droit et d'aplomb, la marche et les petits pas sont exécutés avec opposition d'épaule, l'épaule gauche avançant en même temps que le pied droit et vice-versa.

1. **MARCHE.** — Attaquer le pas avec la pointe du pied (*1 temps*), laisser retomber naturellement le talon à terre (*1 temps*).

2. **PAS COURUS** — *1 temps par pas*. Exécuter 3 petits pas en avant ou en arrière sur le 3^e pas marquer 1 temps d'arrêt (*4 temps*). Ces 3 pas peuvent s'exécuter une ou plusieurs fois de suite.

3. **HABANÉRA.** — S'exécute en avant et en arrière, poser le pied droit en avant (*1 temps*), reporter le poids du corps en arrière sur le pied gauche (*1 temps*), renvoyer le poids du corps sur

le pied droit en avant (*1 temps*), arrêt sur ce dernier pied (*1 temps*).

Ces pas s'exécutent également en partant du pied gauche.

4. **DOUBLE BALANCÉ.** — Exécuter le double balancé du Fox-trot, mais plus lentement.

5. **BALANCÉ DE COTÉ.** — Glisser le pied droit à droite (*1 temps*), assembler le gauche au droit (*1 temps*).

Répéter ces mouvements à gauche.

6. **ÉCHAPPÉS A DROITE.** — Exécuter les échappés du Fox-trot mais en faisant précéder le mouvement d'un léger balancé de la jambe droite.

7. **POUR TOURNER.** — Comme dans le Fox-trot.



LE TANGO

Mesure 2/4 — Battement 114 à la noire



Par suite de l'abandon des musiques de Habanéra cette danse a subi de grandes modifications — tous les pas marchés sont très allongés, les assemblés très nets — plus de temps arrêtés, les figures adoptées par l'*Union des Professeurs de Danse* sont :

La Marche, La Promenade, Le Pas Argentin, La Dentelle, Les Spirales ou Voltes en tournant à gauche, Le Pas de Habanéra, Les Changements de Pied, Les Déboités, Les Faux Assemblés, Le Corté, et Les Grands Assemblés.

1. **LA MARCHÉ.** — Poser le pied droit en avant (1 temps), poser le pied gauche en avant (1 temps).

La danseuse exécute les mêmes mouvements en arrière en partant du pied opposé. Cette marche se fait en pas très allongés la jambe qui marche tendue, l'autre légèrement en flexion.

2. **PAS ARGENTIN.** — Faire 2 pas en avant en partant du pied droit (1 pas par temps), poser le pied droit à droite et assembler le gauche au droit (1 temps).

3. **PROMENADE.** — Poser le pied gauche à gauche (1 temps), croiser le droit devant le gauche (1 temps), poser le gauche à gauche et assembler le droit au gauche (1 temps).

4. **DENTELLE.** — Poser le gauche à gauche (1 temps), croiser le droit devant le gauche (1 temps), poser le gauche à gauche et un peu en avant (1 temps), poser le droit en arrière du gauche et en ligne (1 temps).

Se fait également en pivotant sur les 2 derniers temps de manière à se retrouver face à la direction.

5. **HABANÉRA.** — Comme dans la Scot-tisch Espagnole.

6. **ASSEMBLÉS.** — Poser le pied droit en avant en un pas très allongé et à plat (1 temps), assembler le gauche au droit (1 temps), repartir du pied droit.

7. **GRANDS ASSEMBLÉS.** — Poser le

pied droit en avant (*1 temps*), assembler le gauche au droit en portant le poids du corps sur le droit et reculer le droit de quelques centimètres en portant alternativement le poids du corps de droite à gauche et de gauche à droite (*1 temps*).

8. **FAUX ASSEMBLÉS.** — Poser le pied droit en avant (*1 temps*), assembler le gauche au droit (*1 temps*), repartir du gauche en avant — pendant tout ce mouvement le poids du corps est supporté par le pied droit.

9. **CHANGEMENTS, Marche Argentine en tournant.** — Poser le pied droit en avant (*1 temps*), poser le pied gauche en avant (*1 temps*), glisser le pied droit en arrière et à droite en un pas très allongé et en portant le poids du corps sur ce pied (*1 temps*), pivoter à gauche sur le pied gauche qui ne doit pas avoir bougé de place, pendant le pivot la pointe du pied gauche se tourne légèrement en dehors, c'est-à-dire que l'on pivote presque sur le talon. Au moment où l'on pivote, porter le poids du corps à gauche (*1 temps*), glisser le droit à droite et assembler le gauche au droit (*1 temps*).

Le tour complet est accompli. On peut, bien entendu, tourner plus ou moins suivant la direction que l'on veut suivre.

10. **DÉBOITÉ.** — Le danseur part du pied gauche en avant, en déboitant sur le côté gauche, un pas du gauche (*1 temps*), 1 pas du droit en croisant devant le gauche (*1 temps*), un pas du gauche en croisant devant le droit (*1 temps*), pivoter sur les pointes et assembler en croisant le gauche devant le droit (*1 temps*).

Toujours en maintenant sa danseuse sur le côté, deux pas de marche en arrière en commençant du droit (*2 temps*), pivoter vers la gauche en arrière sur le droit, en avant sur le gauche (*2 temps*), glisser le droit à droite et assembler le gauche au droit (*1 temps*).

11. **CORTÉ.** — Avancer le pied droit (*1 temps*), glisser le gauche à gauche à la hauteur du droit et assembler le droit au gauche (*1 temps*), glisser le pied gauche en arrière en fléchissant légèrement la jambe gauche (*1 temps*), reporter le poids du corps en avant sur la jambe droite (*1 temps*).

12. — On peut également introduire dans le Tango les trois Steps du Fox-trot en ayant soin d'exécuter les mouvements sans à coup c'est-à-dire d'une manière très souple.



LE BOSTON

Mesure 3/4 - Battement 132 à 144



1. **PAS AVANT.** — Poser le pied droit en avant (*1 temps*), glisser le gauche en avant (*1 temps*), assembler le droit au gauche (*1 temps*).

Répéter en commençant du gauche.

2. **PAS ARRIÈRE.** — Mêmes principes en partant en arrière.

Ces pas se font également en tournant en avant ou en arrière, à droite ou à gauche.



BOSTON-HÉSITATION

Mesure $\frac{3}{4}$ - Battement 112 à 138

1. **PAS D'HÉSITATION.** — Glisser le pied gauche en avant en un pas assez allongé (2 temps), s'élever un peu sur la pointe de ce pied (1 temps), au moment où l'on s'élève sur la pointe, le pied droit, qui se trouve en arrière, décolle de terre et se pose en avant du gauche pour commencer le pas de Valse Boston (3 temps).

2. **LE PAS DE VALSE BOSTON.** — Se fait en tournant à droite et le couple doit tourner un demi-tour sur ce pas de façon à pouvoir suivre la direction primitive.

Description du pas : poser le pied droit, bien ouvert, un peu en avant du gauche (1 temps), glisser la pointe du pied gauche en avant du droit en tournant un peu (1 temps), assembler le droit au gauche en continuant le mouvement tournant (1 temps).

Ce pas de Valse Boston exécuté, le danseur qui

est parti *face en avant* doit donc se trouver face en arrière ; il recommence alors le glissé du pied gauche (3 temps), *mais en glissant en arrière cette fois*, ensuite vient le pas de Valse Boston tournant à gauche.

3. **PAS DE VALSE BOSTON tournant à gauche.** — Poser le pied droit un peu fermé en arrière du gauche (1 temps), glisser la pointe du pied gauche en arrière du droit en décrivant un arc de cercle (1 temps), assembler le pied droit en continuant le mouvement tournant (1 temps), recommencer le tout à volonté.

4. **LES PIVOTS.** — Pivoter sur une mesure, on peut pivoter à volonté.

5. **PAS MARCHÉS.** — Marcher d'une façon très souple soit un pas par mesure, soit un pas par temps, en avant ou en arrière.

6. **HÉSITATION en changeant de pied.** — Glisser le gauche en avant (3 temps), poser le droit en avant en 1 pas assez allongé (2 temps), poser le gauche en avant en dépassant à peine le droit (1 temps), glisser ensuite le droit en avant

(hésitation) (3 temps), poser le gauche en avant en un pas marché assez allongé (2 temps), poser le droit en avant en dépassant à peine le gauche (1 temps). Répéter *ad libitum*.

7. — Dans le cours de la danse on doit reprendre de temps à autre des pas de boston à droite ou à gauche.

Les pas d'hésitation promenade en position déboîtée, ne se font plus, ainsi que le balancé.



LA JAVA



Cette danse que je cite à titre documentaire ne jouit plus de la faveur qu'elle avait, on peut dire usurpée, il y a 2 ans, venue des bals musettes de barrière elle s'en est retournée chez elle et il n'y a pas lieu de regretter sa disparition.

Elle était composée de pas marchés, sur un rythme de Mazurka, cadence vive 184 battements à la noire, de pas de Valse à droite et à gauche et de pas glissés avec un petit mouvement canaille du buste à droite et à gauche.

LA VALSE

Mesure 3/4



Quoique la Valse ne soit pas classée parmi les danses modernes, comme elle est toujours en faveur je ne saurais ne point y faire allusion.

La Valse n'a pas, comme on le croit en général, pris naissance en Allemagne ; car dès le douzième siècle elle était connue en Provence sous le nom de *Volta*, le chant qui l'accompagnait était désigné par le titre de *Ballada*. Sous Louis XII, elle vint de Provence à Paris, fut à la mode pendant tout le XVI^e siècle et fit les délices de la Cour des Valois ; et la Volta Provençale devint la Walzer Germanique.

La Valse est donc la Doyenne des danses Françaises.

LE PAS DE VALSE sur deux mesures (6 temps).

PREMIÈRE MESURE

1. Glisser le pied gauche en avant (1 temps).

2. Croiser le droit derrière le gauche (*1 temps*).
3. Pivoter sur les pointes pour revenir à la position de départ appelée (3^e position) (*1 temps*).

DEUXIÈME MESURE

1. Glisser le pied droit en avant pointe ouverte (*1 temps*).
2. Glisser le pied gauche en avant en fermant légèrement la pointe (*1 temps*).
3. Pivoter sur les pointes pour revenir à la position de départ (*1 temps*).

La position de départ est la suivante :

Pieds en équerre, le talon du pied droit en face le milieu de la face interne du pied gauche.

POUR L'EXÉCUTION de la VALSE.

— Pendant que le danseur exécute les 3 mouvements de la 1^{re} mesure, la danseuse exécute les 3 mouvements de la 2^e mesure et réciproquement.

❧ **FIN** ❧

NOTA - BENE

Voici encore de nouvelles danses, ce sont :

Le Balancello, théorie de M. PERRIN, professeur à Paris.

La Polca Criolla, de MM. BARADUC-LABARTHA & PRADÈRE, professeurs à Paris.

Le Passetto, théorie de M. VALANTIN, professeur à Paris.

Ces théories appartenant à leurs auteurs je ne puis les donner dans cet Aide-Mémoire.



Académie de Danse

A. BAÏSSAS

Professeur

20, RUE GAMBETTA, 20

POITIERS

