

Grand-père polka – cycle 2

Formation de départ : En couple sur 2 lignes face à face.

X	X	X	X	X	X
O	O	O	O	O	O

Penser à espacer les partenaires pour une facilité de déplacement sur le côté.

Mode de déplacement :

- **Partie 1** : en se tenant par les mains, se déplacer sur le côté en 8 pas chassés. Puis idem pour revenir à sa place initiale. Faire cela 2 fois.
- **Partie 2** : les X et les O font tous individuellement, mains sur la taille
 - Talon pointe, talon-pointe avec le pied droit (sur 4 temps) puis même chose avec le pied gauche (4 temps aussi).
 - Puis on refait cela une seconde fois : pied droit et pied gauche.
- **Partie 3** : 1 tour bras-dessus bras-dessous dans un sens sur 8 pas marchés puis idem dans l'autre sens et retour à sa place initiale.

On reprend ensuite la partie1 + la partie 2 et ce, jusqu'à la fin de la musique.