TECHNIQUE DE CORPS

Exigences communes : placement de base 🖝 alignement des 3 masses (tête - buste - bassin). Jambe d'appui tendue.

	TECHNIQUE DE CORPS 1/2									
MOUVEMENT			DESCRIPTION DU MOUVEMENT							
N°	PHOTO NO		POSITION DEPART		MOUVEMENT POSITION F		UATION NA			
			Photo	Placement		cement				
11		Grands battements devant, coté, derrière		1- En 1 ^{ère} 2- Bras à la 2 ^{nde}	o sup en 2 ^{nde} D inf Lancer la jambe tendue en ouverture (« brosser le sol »), horizontal minimum, vers : - l'avant (talon vers le plafond), - le côté (talon vers l'avant), - l'arrière (talon vers l'avant) - le coté (talon vers l'avant) Ouverts et pointés	ère à la 2 ^{nde}				
12		1T piqué D et G en fermeture et en dedans		1- Pied pointé sur le coté 2- Bras en 2 ^{nde}	te 1- Fixer un point, 2- Rotation du buste 1- En 4 2- De p	1- placement de base 2- placements spécifiques	Non respect d'une ou plusieurs consignes Respect des consignes de réalisation			
13		1T piqué D et G en fermeture et en dehors		1- En 2 ^{nde} jazz 2- Bras en 3 ^{ème}	te 1- Fixer un point, 1-En 2 ⁿ	au départ	nsignes ation			

				TECH	NIQUE DE CORPS 2/3			
	MOUVEMENT		DESCRIPTION DU MOUVEMENT					
N°	PHOTO		POSITION DEPART Photo Placement		MOUVEMENT	POSITION FIN		ATION NA
						Photo Placement		
14		Pas chassé + petit jeté D et G		1- De profil 2- En 3 ^{ème} 3- Bras à la 2 ^{nde} alignement épaules	Mb sup Bras à la 2 ^{nde} Mb inf Pas chassé, un pas (impulsion), développer (ou battement) la jambe de devant, déplacement vers l'avant, extension de la jambe de derrière tendue, réception sur la jambe de devant fléchie, un pas Pied Ouverts Pointés en 3ème pendant le frappé	1- 4ème relevée 2- Bras à la 2 ^{nde} alignement épaules		Non respect d'une o
15		2T à G		1- De face 2- En 4ème relevée 3- Bras à l'horizontal alignement épaules	Tête Fixer un point Mb sup Bras autour du corps Mb inf 2 Pivots sur un pied avec appui sur la jambe arrière Pieds Pour la jambe pliée: - en contact avec la cheville de l'autre pied - pointé Jambe d'appui: - ½ pointes	1- 4ème relevée 2- Bras G 2nde alignement épaules 3-Bras D en position de rattrapage	Respect des cons 1- placem 2- placemer	
16		1T1/2 à G + dégagé (Nuque)		1- De face 2- En 4ème relevée 3- Bras à l'horizontal alignement épaules	Tête Fixer un point Mb sup Mains sur les hanches Mb inf 1 pivot ½ Pieds Pour la jambe pliée: - en contact avec la cheville de l'autre pied - pointé Jambe d'appui: - ½ pointes	1- De dos 2- Pied droit pointé derrière en dégagé 3- Mains sur les hanches	Respect des consignes de réalisation 1- placement de base 2- placements spécifiques	Non respect d'une ou plusieurs consignes
17		Illusion endroit D		1- Pied pointé (d ou g) sur le coté 2- Bras en 2 ^{nde} alignement épaules	Mb sup Gbuste 1- Cercle complet du tronc et de la jambe tendue (alignés) dans un plan frontal 2- Descente profil G et remontée profil D. 3- Jambe d'appui tendue Pieds Bras diagonale basse légèrement vers l'arrière (alignés) dans un plan frontal 2- Descente profil D. 3- Jambe d'appui tendue	1- Pied pointé g sur le coté 2- Bras en 2 ^{nde} alignement épaules		

TECHNIQUE DE CORPS 3/3										
	MOUVEMENT	DESCRIPTION DU MOUVEMENT						EVALUATION		
N°	PHOTO NOM		POSITI	ON DEPART	MOUVEMENT		POSITION FIN		Α	NA
			Photo	Placement			Photo	Placement		
18		Illusion envers D		1-4ème relevée 2-Bras tendus (gauche horizontal, droit le long du corps)	Mb sup Mb inf	Bras diagonale basse légèrement vers l'arrière 1- Cercle complet du tronc et de la jambe tendue (alignés) dans un plan frontal 2- Descente profil D et remontée profil G. 3- Jambe d'appui tendue talon décollé pour appui		1- 4ème relevée 2- Bras tendus (gauche horizontal, droit le long du corps)	ldem	ldem