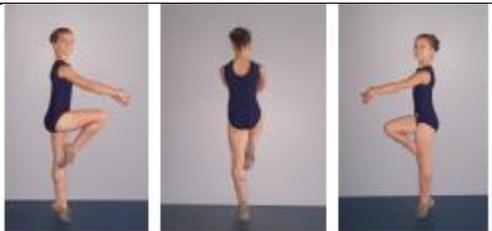


2^{ème} Degré – Niveau A : Technique de corps

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

TECHNIQUE DE CORPS 1/2														
N°	MOUVEMENT			NOM	DESCRIPTION DU MOUVEMENT						EVALUATION			
	PHOTO				POSITION DEPART		MOUVEMENT		POSITION FIN		A	NA		
					Photo	Placement			Photo	Placement				
11				Grands battements devant, côté, derrière			1- En 1 ^{ère} 2- Bras à la 2 ^{nde}	Mb sup. En 2 ^{nde} Mb inf. Lancer la jambe tendue en ouverture (« bosser le sol »), horizontal minimum, vers : - l’avant (talon vers le plafond) - le côté (talon vers l’avant) - l’arrière (talon vers le sol) - le côté (talon vers l’avant)			1- En 1 ^{ère} 2- Bras à la 2 ^{nde}	Respecter des consignes de réalisation 1- Placement de base 2- Placements spécifiques	Non-respect d’une ou plusieurs consignes	
12					1 T Piqué D et G En fermeture et en dedans			1- Pied pointé sur le côté 2- Bras en 2 ^{nde}	Tête 1- Fixer un point 2- Rotation du buste 3- Retard de la tête au départ et avance à l’arrivée Mb sup. En 1 ^{ère} pendant le pivot					1- En 4 ^{ème} relevé 2- De profil 3- Bras en 4 ^{ème}
13						1 T Piqué D et G En fermeture et en dehors			1- En 2 ^{nde} jazz 2- Bras en 3 ^{ème}	Tête 1- Fixer un point 2- Rotation du buste 3- Retard de la tête au départ et avance à l’arrivée Mb sup. En 1 ^{ère} jazz pendant le pivot				1- En 2 ^{nde} jazz inverse au départ 2- Bras en 3 ^{ème}

					Pieds	Fermés			
--	--	--	--	--	-------	--------	--	--	--

TECHNIQUE DE CORPS 2/2										
N°	MOUVEMENT		DESCRIPTION DU MOUVEMENT						EVALUATION	
	PHOTO	NOM	POSITION DEPART		MOUVEMENT	POSITION FIN		A	NA	
			Photo	Placement		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}		1- 4 ^{ème} relevé 2- Bras à la 2 ^{nde} alignement épaules	Respecter des consignes de réalisation 1- Placement de base 2- Placements spécifiques	Non-respect d'une ou plusieurs consignes
				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					
					Pieds	Ouverts Pointés en 3 ^{ème} pendant le frappé				
15		2 T à G		1- De face 2- En 4 ^{ème} relevé 3- Bras à l'horizontal alignement épaules	Tête	Fixer un point		1- 4 ^{ème} relevé 2- Bras G 2 ^{nde} alignement épaules 3- Bras D en position de rattrapage	Respecter des consignes de réalisation 1- Placement de base 2- Placements spécifiques	Non-respect d'une ou plusieurs consignes
					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					
16		1 T 1/2 à G + dégagé (Nuque)		1- De face 2- En 4 ^{ème} relevé 3- Bras à l'horizontal alignement épaules	Tête	Fixer un point		1- De dos 2- Pied droit pointé derrière en dégagé 3- Mains sur les hanches	Respecter des consignes de réalisation 1- Placement de base 2- Placements spécifiques	Non-respect d'une ou plusieurs consignes
					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					

TECHNIQUE DE CORPS 3/2												
N°	MOUVEMENT			NOM	DESCRIPTION DU MOUVEMENT					EVALUATION		
	PHOTO				POSITION DEPART		MOUVEMENT	POSITION FIN		A	NA	
					Photo	Placement		Photo	Placement			
17				Illusion endroit D			Mb sup.	Bras diagonale basse légèrement vers l'arrière		1- Pied pointé G sur le côté 2- Bras en 2 ^{nde} alignement épaules Tolérance pied en seconde ou 4 ^{eme} relevée à l'arrivée	Respecter des consignes de réalisation 1- Placement de base 2- Placements spécifiques	Non-respect d'une ou plusieurs consignes
						GBuste / Mb inf.	1- Cercle complet du tronc et de la jambe tendue (alignés) dans un plan frontal 2- Descente profil G et remontée de profil D 3- Jambe d'appui tendue					
						Pieds	Talon décollé pour appui					
18				Illusion envers D			Mb sup.	Bras diagonale basse légèrement vers l'arrière			Respecter des consignes de réalisation 1- Placement de base 2- Placements spécifiques	Non-respect d'une ou plusieurs consignes
						Mb inf.	1- Cercle complet du tronc et de la jambe tendue (alignés) dans un plan frontal 2- Descente profil D et remontée de profil G 3- Jambe d'appui tendue					
						Pieds	Talon décollé pour appui					