



Une fiche de danse (ou fiche de pas) contient toutes les informations pour apprendre une chorégraphie. Une vidéo de démonstration peut être une aide visuelle.

STRUCTURE D'UNE FICHE DE PAS

A. LE TITRE

Il donne le **Titre** de la danse. C'est le premier élément qui apparaît sur la fiche de pas.

B. LE HEADER

Le **Header** regroupe plusieurs lignes d'informations :

- Le nom du chorégraphe
- La description de la danse : nombre de comptes, de murs, présence et nombre de tags, de restarts, indication du final
- Le niveau de la danse
- Le titre de la musique, l'artiste, l'album
- La durée de l'introduction, pour le démarrage de la chorégraphie par rapport à la musique

C. LA HEADLINE

La chorégraphie est découpée en sections de 8 comptes (ou 6 comptes s'il s'agit d'une valse).

Les pas de chaque section sont décrits dans la **Headline**, première ligne de chaque section, écrite en majuscule, en gras et en anglais (pour sa diffusion dans le monde entier). Cette ligne, non modifiable, contient le nom technique des pas. C'est le schéma de la danse, le script du chorégraphe.

D. LA DESCRIPTION

La **Description** en détail de la headline correspondante n'est soumise à aucune contrainte d'écriture, mais elle se doit d'expliquer le plus clairement possible l'enchaînement des pas.

Elle reprend la position des pieds, les appuis du poids du corps, les changements de direction, la réalisation des pas, leur enchaînement.

Le découpage des comptes figure en début de chaque ligne.

E. LES PAS

Chaque pas, ou enchaînement de pas, est désigné par un nom.

Quelques exemples :

Walk = marche

Back = derrière

Right foot (ou RF) = pied droit

Left foot (ou LF) = pied gauche

Heel strut = poser talon, abaisser plante de pied

Toe strut = poser pointe de pied, puis abaisser le talon

Sur le **site de CDA**, les fiches de pas sont personnalisées et enrichies par deux pages d'informations sur le(s) chorégraphe(s), l'artiste, les paroles en anglais et leur traduction.