Fari fari fero (Pologne) – cycle 1

Formation de départ : Danse en couple face à face mains dans les mains

Mode de déplacement : sur place

Après une brève introduction musicale :

Partie 1 : On bouge les 2 bras alternativement d'avant en arrière sur 12 temps puis arrêt et on dit « Fari fari fero ».

Partie 2 : On se lâche les mains mais toujours face à face :

- On lève bras D puis bras G puis on met main D sur hanche D et main G sur hanche G. Tout cela sur 8 temps (2 temps + 2 temps + 2 temps + 2 temps)
- Puis tour sur soi-même en 4 temps et de nouveau de face on dit « Fari fari fero »
- Ensuite on penche le buste à D puis on revient au centre, on penche à G et idem retour au centre. 8 temps (2 + 2 + 2 + 2)
- On penche enfin la tête de D et de G sur 4 temps, on s'arrête et on dit « Fari fari fero ».

Partie 3 : On se retrouve de nouveau face à face, on se reprend les mains pour tourner ensemble en SAM puis en SIAM. 8 temps dans chaque sens qu'on enchaîne 2 fois. **Attention** la seconde fois lors du tour en SIAM on s'arrête à 7 temps pour pouvoir enchaîner la partie 1.

Puis on reprend depuis le début et on enchaîne partie 1 + partie 2 + partie 3 jusqu'à la fin de la musique.

SAM = Sens des Aiguilles d'une Montre

SIAM = Sens Inverse des Aiguilles d'une Montre