

DANCE#1: I DON'T CARE AVEC BELGIAN RED FLAME SHARI VAN BELLE



THE
WORLD
AT OUR
FEET

Musique: J Balvin, Willy William – Mi Gente

Légende: D = droite | G = gauche | M = milieu

STROPHE 1

La strophe 1 est une partie en duo. Placez les danseurs par deux. Le plus grand danseur et le plus petit danseur dansent simultanément sur le même tempo. Le plus petit danseur se trouve devant le plus grand danseur, tous les deux le visage vers l'avant.

Plus petit danseur

1-4 avance de quatre pas avec le ballon sous le bras droit
5-8 fais le dos rond et recule de quatre pas
1-4 avance de quatre pas avec le ballon sous le bras droit
5-8 fais le dos rond et recule de quatre pas

1-2 pousse le ballon dans les airs en diagonale vers la D
3-4 pousse le ballon dans les airs en diagonale vers la G
5-6 pousse le ballon vers le sol en diagonale vers la D
7-8 pousse le ballon vers le sol en diagonale vers la G

1-2 = 'Hell yeah' saute avec les visages face à face
3-6 donne trois fois un 'high five' avec le ballon du bas vers le haut
7-8 déposez le ballon au sol

Plus grand danseur

1-4 avance de quatre pas et pousse ton partenaire vers l'avant avec le ballon de football (dans le dos)
5-8 porte le ballon en l'air à trois reprises D-G-D-M et recule de quatre pas
1-4 avance de quatre pas et pousse ton partenaire vers l'avant avec le ballon de football (dans le dos)
5-8 porte le ballon en l'air à trois reprises D-G-D-M et recule de quatre pas

1-2 pousse le ballon dans les airs en diagonale vers la G
3-4 pousse le ballon dans les airs en diagonale vers la D
5-6 pousse le ballon vers le sol en diagonale vers la G
7-8 pousse le ballon vers le sol en diagonale vers la D

1-2 = Hell yeah' saute avec les visages face à face
3-6 donne trois fois un 'high five' avec le ballon du bas vers le haut
7-8 déposez le ballon au sol

Intermède: partagez la classe en deux groupes D & G

1-2 pousse le ballon D - G
3-4 pose le pied D sur le ballon

5-6 saute à deux reprises en l'air et 'boxe' avec ta main droite
7-8 tape du pied droit au sol et attend
1-2 pousse le ballon D - G
3-4 pose le pied D sur le ballon
5-6 saute à deux reprises en l'air et 'boxe' avec ta main droite
7-8 tape du pied droit au sol et attend

Le groupe 1 reste debout avec le pied droit sur la balle + le groupe 2 danse la partie ci-dessus

REFRAIN: sur la musique

'Cause I don't care: pose le pied droit sur le ballon
When I'm with my baby yeah: touche le ballon G - D - G
All the bad things disappear: prends le ballon en haut et amène le vers le bas le long du corps (bodyroll)
And you're making me feel like maybe I am: secoue-toi 2 fois à D (avec la balle au-dessus de la tête) - secoue-toi deux fois à G (avec la balle au-dessus de la tête)
Somebody: fais un '8' avec le ballon (en accompagnant de la tête)
I can deal with the bad nights: fais un petit tour sur toi-même (D-G-D-G)
When I'm with my baby, yeah: pose le ballon au sol devant ta jambe droite + pose ton pied droit sur la balle
Ooh, ooh, ooh: frappe trois fois dans tes mains
RÉPÉTITION

STROPHE 2

Les duos se tournent l'un vers l'autre

Plus petit danseur

1-4 lance le ballon à ton partenaire
5-8 le ballon effectue un grand cercle, débute en avant

RÉPÉTITION

1-4 renvoie avec ton propre ballon celui du partenaire

Plus grand danseur

1-4 renvoie avec ton propre ballon celui du partenaire
5-8 le ballon effectue un grand cercle, débute en avant

RÉPÉTITION

1-4 Lance le ballon à ton partenaire

5-8 le ballon effectue un grand cercle, débute en avant

RÉPÉTITION

5-8 le ballon effectue un grand cercle, débute en avant

RÉPÉTITION

Intermède: divisez la classe en deux groupes D & G

1-2 pousse le ballon D - G
3-4 pose le pied D sur le ballon
5-6 saute à deux reprises en l'air et 'boxe' avec ta main droite
7-8 tape du pied droit au sol et attend
1-2 pousse le ballon D - G
3-4 pose le pied D sur le ballon
5-6 saute à deux reprises en l'air et 'boxe' avec ta main droite
7-8 tape du pied droit au sol et attend

Le groupe 1 reste debout avec le pied droit sur la balle + le groupe 2 danse la partie ci-dessus

REFRAIN

'Cause I don't care: pose le pied droit sur le ballon
When I'm with my baby yeah: touche le ballon G - D - G
All the bad things disappear: prends le ballon en haut et amène le vers le bas le long du corps (bodyroll)
And you're making me feel like maybe I am: secoue-toi 2 fois à D (avec la balle au-dessus de la tête) - secoue-toi deux fois à G (avec la balle au-dessus de la tête)
Somebody: fais un '8' avec le ballon (en accompagnant de la tête)
I can deal with the bad nights: fais un petit tour sur toi-même (D-G-D-G)
When I'm with my baby, yeah: pose le ballon au sol devant ta jambe droite + pose ton pied droit sur la balle
Ooh, ooh, ooh: frappe trois fois dans tes mains
RÉPÉTITION

BRIDGE

1-8 sautille en cercle le ballon dans les mains
1-4 continue de sautiller + garde le ballon au-dessus de ta tête
4-8 continue de sautiller + garde le ballon en bas
1-4 sautille avec le ballon au-dessus de la tête en allant au milieu du cercle
5-8 ramène le ballon en bas et sautille en reculant vers l'extérieur du cercle
1-4 sautille avec le ballon dans les mains
5-8 fais rouler le ballon au voisin de droite

REFRAIN vers l'intérieur du cercle

REFRAIN vers l'extérieur du cercle

OUTRO

Donnez à chaque danseur un numéro 1 ou 2 ou 3 ou 4.

Lancez le ballon en l'air en petits groupes :

1-2 Numéros 1
3-4 Numéros 2
5-6 Numéros 3
7-8 Numéros 4

Fais un 'cœur - Love Football dance' au-dessus de ta tête



DANCE#2: MI GENTE AVEC BELGIAN RED FLAME ELENA DHONT



THE
WORLD
AT OUR
FEET

Musique: J Balvin, Willy William – Mi Gente

Légende: D = droite | G = gauche | M = milieu

STROPHE 1

Plus petit danseur

- 1-8 sautille vers ton partenaire
- 1-8 frappe le ballon à travers le 'pont', cours avec le ballon et arrête le
- 1-8 frappe le ballon de l'autre côté du 'pont', cours avec le ballon et arrête le
- 1-8 donnez-vous un high-five et marchez à votre place

Plus grand danseur

- 1-8 sautille vers ton partenaire
- 1-8 fais un pont inversé
- 1-8 reste en pont inversé
- 1-8 donnez-vous un high-five et marchez à votre place

REFRAIN

- 1-2 le pied droit sur le ballon et rebondis 1x
- 3-4 ferme les pieds et rebondis 2x
- 4-6 le pied gauche sur le ballon et rebondis 2x
- 7-8 ferme les pieds et rebondis 2x
- 1-2 le pied droit sur le ballon et rebondis 2x
- 3-4 ferme les pieds et rebondis 2x
- 5-7 fais un pas de côté et pousse le ballon 3 fois de bas en haut
- 8 ferme le pied et laisse tomber le ballon

- 1-2 fais un pas de côté avec les pieds D-G, pousse le ballon en l'air D-G
- 3-4 referme les pieds D-G, pousse le ballon vers le bas D-G
- 5-6 fais un pas de côté avec les pieds D-G, pousse le ballon en l'air D-G
- 7-8 referme les pieds D-G, pousse le ballon vers le bas D-G
- 1-2 fais un pas de côté vers la droite, pousse le ballon 2x en l'air
- 3-4 fais un pas de côté vers la gauche, pousse le ballon 2x en l'air
- 5-6 fais un pas de côté vers la droite, pousse le ballon 2x vers le sol
- 7-8 fais un pas de côté vers la gauche, pousse le ballon 2x vers le sol

- 1-2 écarte ton pied droit et éloigne le ballon de ton corps
- 3-4 écarte ton pied gauche et éloigne le ballon de ton corps
- 5-6 place ton pied droit vers l'avant et pousse le ballon vers l'arrière (en l'éloignant de ton corps)
- 7-8 place ton pied gauche vers l'avant et pousse le ballon vers l'arrière (en l'éloignant de ton corps)
- 1-2 écarte ton pied droit et éloigne le ballon de ton corps
- 3-4 écarte ton pied gauche et éloigne le ballon de ton corps
- 5-6 place ton pied droit vers l'avant et pousse le ballon vers l'arrière (en l'éloignant de ton corps)
- 7-8 place ton pied gauche vers l'avant et pousse le ballon vers l'arrière (en l'éloignant de ton corps)

STROPHE 2

- 1-2 fais rebondir le ballon sur le sol
- 3-4 pousse le ballon 2x vers le haut
- 5-6 fais rebondir le ballon sur le sol
- 7-8 pousse le ballon 2x vers le haut
- 1-2 fais rebondir le ballon sur le sol
- 3-4 pousse le ballon 2x vers le haut
- 5-6 fais rebondir le ballon sur le sol
- 7-8 pousse le ballon 2x vers le haut

Divisez la classe en trois groupes

- 1-2 groupe 1 lance le ballon en l'air
- 3-4 groupe 2 lance le ballon en l'air

- 5-6 groupe 3 lance le ballon en l'air
- 7-8 tout le monde choisit sa propre pose sympa avec le ballon dans les mains
- 1-2 groupe 1 pose le ballon au sol et met le pied droit sur la balle
- 3-4 groupe 2 pose le ballon au sol et met le pied droit sur la balle
- 5-6 groupe 3 pose le ballon au sol et met le pied droit sur la balle
- 7-8 tout le monde effectue ensemble un 'cœur - Love football dance'
- 1-2 groupe 1 lance le ballon en l'air
- 3-4 groupe 2 lance le ballon en l'air

- 5-6 groupe 3 lance le ballon en l'air
- 7-8 tout le monde choisit sa propre pose sympa avec le ballon dans les mains
- 1-2 groupe 1 pose le ballon au sol et met le pied droit sur la balle
- 3-4 groupe 2 pose le ballon au sol et met le pied droit sur la balle
- 5-6 groupe 3 pose le ballon au sol et met le pied droit sur la balle
- 7-8 tout le monde effectue ensemble un 'cœur - Love football dance'

REFRAIN

STROPHE 3

Plus petit danseur

- 1-8 met sa balle entre les pieds et lance 3 fois la balle
- 1-8 sautille pour se mettre en ligne

Plus grand danseur

- 1-8 reste sur une jambe (faire la grue) et lance 3 fois la balle
- 1-8 sautille pour se mettre en ligne

Divisez le groupe en deux et faites deux rangées verticales. Faites débutez les danseurs à tour de rôle: le premier dans la ligne débute ainsi à droite, le suivant à gauche, puis à nouveau à droite et ainsi de suite.

- 1-2 bondis à droite
- 3-4 bondis à gauche
- 5-8 pousse le ballon au-dessus de ta tête 4 fois vers le haut, de gauche à droite
- OU
- 1-2 bondis à gauche
- 3-4 bondis à droite
- 5-8 pousse le ballon au-dessus de ta tête 4 fois vers le haut, de droite à gauche

RÉPÉTEZ ce passage 3 fois

- 5-8 sautille pour retourner à ta place de départ

REFRAIN

OUTRO

Placez les danseurs sur une longue rangée horizontale (si c'est trop compliqué, ils peuvent également le faire à leur propre place).

- 1-8 danseurs sautillent dans la rangée horizontale

- 1-2 danseurs font un pas de côté avec les pieds D - G + poussent le ballon vers le haut
- 3-4 danseurs se rapprochent avec les pieds D - G + poussent le ballon vers le bas
- 5-6 danseurs font un pas de côté avec les pieds D - G + poussent le ballon vers le haut
- 7-8 danseurs se rapprochent avec les pieds D - G + poussent le ballon vers le bas
- 1-4 tape 4 fois avec ton pied droit avant-arrière-avant-arrière
- 5-8 saute 4 fois avec le ballon au-dessus de la tête
- 1-4 tape 4 fois avec ton pied droit avant-arrière-avant-arrière
- 5-8 saute 2 fois en l'air et lance ensuite le ballon loin en arrière

Pose finale = bras croisés + pieds côte à côte

