

# Avant-deux du Coglais

## Pas du Balancé

### Avant-deux du Coglais : le pas du Balancé

Le cycle du pas du balancé de l'avant-deux est de huit temps.

Il est répété deux fois.

Le rythme du pas de l'Avant-deux est fourni par le schéma ci-dessous.

Le pas du cavalier est inversé par rapport à celui de la cavalière.

1	2	3	4	5	6	7	8
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
H:G	D	G	D	G	D	G	D
F:D	G	D	G	D	G	D	G

Le déplacement se fait en marchant. Le couple tourne sur lui-même en quatre temps, puis il effectue un avancé suivi d'un reculé sur quatre temps.

### Position de départ :

La cavalière se place à droite du cavalier.

Les deux couples sont face à face.

Les danseurs se tiennent avec le bras passé dans le dos avec la main sur la hanche du partenaire.

Le bras droit du cavalier passe au dessus du bras gauche de la cavalière.

Le pied droit est avancé par rapport au pied gauche.



### Avant-deux du Coglais : Description du pas

**Position de départ :** Les deux danseurs, le cavalier et sa partenaire, sont côte à côte.

Le poids du corps est sur les deux pieds.

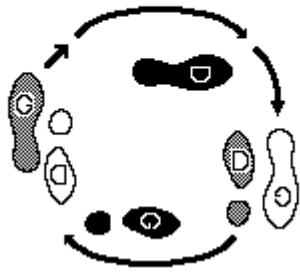
La cavalière qui ne dansait pas l'Avant-deux à les pieds rassemblés.

Le cavalier a les pieds dans la position du temps 40 de l'Avant-deux.

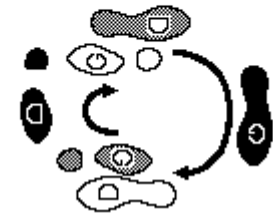


**Temps 1 :** Le poids du corps est sur le pied droit.

**Temps 2 :** Le poids du corps est sur le pied gauche.



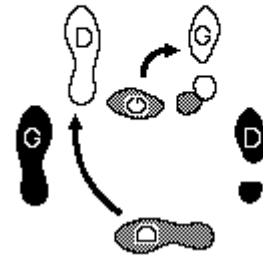
**Temps 3 :** Le poids du corps est sur le pied droit.



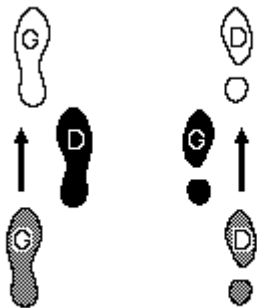
**Temps 4 :** Le poids du corps est sur le pied gauche.



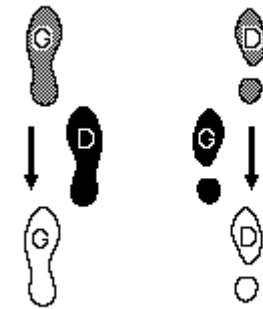
**Temps 5 :** Le poids du corps est sur le pied droit.



**Temps 6 :** Le poids du corps est sur le pied gauche.



**Temps 7 :** Le poids du corps est sur le pied droit.



**Temps 8 :** Le poids du corps est sur le pied gauche.

