

Pas de base de la Bachata

Introduite en France il y a quelques années grâce au titre "Obsession" du groupe Aventura, la bachata est une danse sensuelle se dansant sur un rythme bien reconnaissable.

Mesure et vue d'ensemble

La bachata se danse rythme musical 4/4. Un pas de base se fait sur 8 temps, correspondant à 8 mouvements. On peut compter en partant de un :

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.

On peut aussi prononcer comme ceci : 1, 2, 3, HOP, 5, 6, 7, HOP, ou mieux encore :

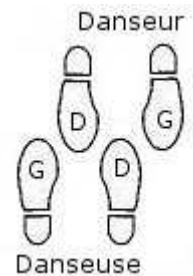
1, 2, 3 et 4 - 5, 6, 7 et 8



Démarrage



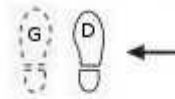
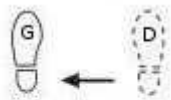
Les danseurs se font face car leurs pas sont ici réalisés en miroir l'un par rapport à l'autre pour le pas de base, mais ils ont les genoux imbriqués l'un dans l'autre. Le genou droit du danseur se trouve entre les genoux de la danseuse.



Pour le haut du corps, les partenaires sont en position fermée (type latine) : le danseur met sa main droite dans le dos de sa partenaire et sa main gauche à la hauteur des yeux de celle-ci, la danseuse pose sa main gauche sous l'omoplate droite de son partenaire et sa main droite dans la main gauche de celui-ci.

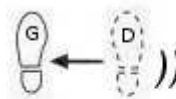
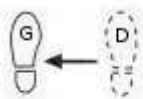
Le couple reste toujours dans le même sens (face à la glace pour le danseur, dos à la glace pour la danseuse lorsqu'on se situe dans une salle de cours).

Description des pas de la danseuse

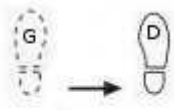


1. Déplacer le pied gauche sur la gauche et y placer le poids du corps.

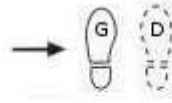
2. Assembler le pied droit au pied gauche.



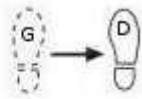
3. Déplacer le pied gauche sur la gauche et y placer le poids du corps.



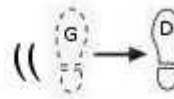
4 (hop !) (et 4). Rester sur place et donner un petit mouvement de la hanche droite vers le haut.



5. Déplacer le pied droit sur la droite et y placer le poids du corps.



6. Assembler le pied gauche au pied droit.



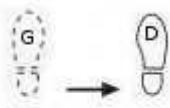
7. Déplacer le pied droit sur la droite et y placer le poids du corps.

8 (hop !) (et 8)
Rester sur place et donner un petit mouvement de la hanche gauche vers le haut.

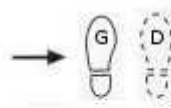
Puis étape "2" de nouveau pour refaire un pas de base.

Pour ceux qui ont du mal à bouger une hanche à la fois, il est possible de simplement pointer le pied correspondant au sol dans le poids du corps.

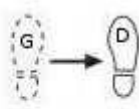
Description des pas du danseur



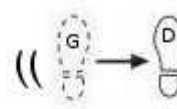
1. Déplacer le pied droit sur la droite et y placer le poids du corps.



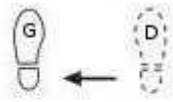
2. Assembler le pied gauche au pied droit.



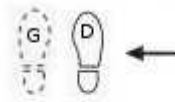
3. Déplacer le pied droit sur la droite et y placer le poids du corps.



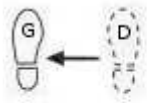
4 (hop !) (et 4) Rester sur place et donner un petit mouvement de la hanche gauche vers le haut.



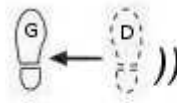
5. Déplacer le pied gauche sur la gauche et y placer le poids du corps.



6. Assembler le pied droit au pied gauche.



7. Déplacer le pied gauche sur la gauche et y placer le poids du corps.



8 (hop !) (et 8). Rester sur place et donner un petit mouvement de la hanche droite vers le haut.

Puis étape 1 de nouveau pour refaire un pas de base.

Pour ceux qui ont du mal à bouger une hanche à la fois, il est possible de simplement pointer le pied correspondant au sol dans le poids du corps.

Même si la danseuse connaît les pas et le déplacement de base (de gauche à droite et inversement), c'est normalement le danseur qui, de sa jambe insérée entre celles de la danseuse, fait se déplacer sa partenaire. Cela confère donc à la danse un caractère très "chaud"...

Musique

Il existe des bachatas de différentes vitesses allant de 29 à 36 MPM. Même si le seul groupe connu du grand public est Aventura, d'autres artistes des Caraïbes composent des bachatas chaque année comme Frank Reyes ou Grupo Niche. La rythmique particulière ayant une percussion aigüe sur les temps 4 et 8 (le hop! de la hanche) est bien reconnaissable.