

## Les approches

Les approches sont les moyens de faire évoluer les pas d'une chorégraphie dans l'espace. Elles servent donc à complexifier ou amener de la nouveauté dans vos enchaînements.

### 1) Approches en step

Il en existe 3 principales :

- Passage dos/face
- A cheval
- Au bout du step

Elles vont apparaître dans la 4ème ligne de votre tableau de construction chorégraphique et nécessite l'utilisation de propulsions (3ème ligne) pour garantir leur sécurité d'exécution.

Si plusieurs pas sont nécessaires à l'exécution de l'approche, ceux-ci seront forcément appris l'un avec l'autre pour faciliter la compréhension de l'enchaînement. Ainsi un Genou passe de dos et Basic revient face (traverse) seront indissociable leur de leur apprentissage.

NB Il existe une méthode appelée l'insertion qui permettra de placer des morceaux de chorégraphie entre ces 2 pas.

Aussi la mise en place d'approche nécessite pour le prof de passer dos à ses élèves afin de leur montrer la variation dans leur sens et faciliter leur réussite. En revanche, aucune communication ne doit se faire dos à eux. Il vous faut connaître la technique pour passer de dos (vous pouvez utiliser les Tap ups).

Passage de dos sur un pas alterné → on traverse

Passage de dos sur un pas simple → un Genou de dos ou traverse chacha

NB Pour la variation au bout pas besoin de passer de dos sauf si difficulté de vos pratiquants

Ex :

Base	G	B	B	B
Variation	Talon Fesse	B	Mambo	Mambo
Propulsions	2			
Approches	Dos	Face	Au bout	Face

Peda : (en général on utilise une Substitution car le public est intermédiaire)

G

TF

TF + B

TF prop2 + B (passage de dos)

TF dos + B face = traverse

TF dos + B face + B + B

TF dos + B face + Mb + Mb

TF dos + B face + Mb au bout + Mb face (voir si besoin de passer de dos)

### Attention

La mise en place d'approche nécessite de respecter les principes de sécurité de base. Vous pouvez faire ce qui vous plait mais ceci en respectant les interdits en step. Vos variations dans l'espace doivent exclure les montées en arrière, les descentes en avant, les pivots en charge et les sauts en contrebas.

### 2) Approches en aéro

Elles englobent les changements de directions dans l'espace :

- Dos/ face
- Tours
- Passages de profils
- Avancer/ reculer etc..

Ici aussi on va inclure des propulsions pour les changements de directions mais pas pour les tours. Il faudra également passer de dos pour l'apprentissage (sur les step touches ou avec le pas exécuté + chacha).

Attention à la sécurité dans votre création de choré pas plus d'un tour et demi et pas de tour trop rapide !

Ex :

	Alt	Simple	Simple	Simple
Base	Db Step Touch	Step Touch	Marche	Marche
Variation	Grapevine	TF	V	V
Propulsions		6 + 8		
Approches		Dos face	Dos	Face

Peda :

ST

Db ST

GV

GV + ST

GV + TF

GV + TF prop sur 6 et 8 → passe de dos

GV + TF dos sur le 1<sup>er</sup> face sur le 2eme

GV + TF dos /face + marche 8

GV + TF dos/face + V + V → passe de dos

GV + TF dos/face + V dos + V face