



# LINE DANCE

## *Qu'est-ce que la Line Dance*

Comme le nom l'indique, les danseurs s'alignent et dansent ensemble les pas qui ont été chorégraphiés sur la musique. Plusieurs éléments de différentes sortes de danses peuvent être identifiés dans la Line Dance, tels que le cha cha, la valse, le charleston, le irish jig, etc.

## *La Musique*

D'habitude, la line dance est dansée sur de la musique New Country (un croisement entre la musique country et la musique rock), mais avec une tendance parfois à danser sur de la musique Latine Américaine, l'Irish Country et même sur de la musique disco.

## *Pourquoi la line dance est-elle devenue populaire :*

La Line Dance a quelque chose à offrir à tous les âges et à toutes les classes confondues. Vu que les danses se pratiquent en lignes, il n'est pas nécessaire de prendre les cours avec un partenaire, ce qui est probablement aussi un aspect de sa popularité.

C'est un excellent exercice pour le corps et l'esprit, qui permet également de se détendre tout en procurant beaucoup de plaisir.

## *Les Vêtements :*

Il faut s'habiller confortablement. La Line Dance consiste en beaucoup de mouvements, donc il est préférable de porter des habits larges tels que des t-shirts à courtes manches et des jeans.

## *Les Souliers*

La Line dance nécessite une variété de mouvements des pieds qui peuvent amener à une blessure si les chaussures ne son pas adaptées. Le soutien de la cheville est très important. **Les chaussures doivent être fermées, solide avec un talon bas et une semelle lisse.** Les hauts talons, semelles plateaux, ainsi que les baskets de sports sont déconseillés.

**P.S. : ces informations ont été prises sur le site [www.stompin-feet.ch](http://www.stompin-feet.ch)**