

REEL EN COUPLE

	Position de départ : Sur un grand cercle, les Hommes à l'intérieur et tournés vers l'extérieur, les dames à l'extérieur et tournées vers l'intérieur, face à face main droite dans main droite. Rappel du pas de « seven » : (1,2,3,4,5,6,7) + (1,2,3) + (1,2,3).	
A	Les couples partent en pas de « seven » (vers la gauche pour les Hommes, vers la droite pour les Dames) puis reviennent à leur position initiale, toujours en pas de « seven ». Résumons : sens anti-horaire à l'aller, sens horaire au retour.	8 b
B	« Quick & Hop » + (1,2,3) pied gauche des Dames, pied droit des Hommes. Hommes et Dames vont échanger leur place dans le couple, les Dames passant sous le bras droit des Hommes.	4 b
C	« Quick & Hop » + (1,2,3) pied gauche des Dames, pied droit des Hommes. Hommes et Dames retournent à leur place initiale, les Dames repassant sous le bras droit des Hommes.	4 b
D	Côte à côte, les couples partent en promenade, sens anti-horaire, se tenant les deux mains croisées devant. A la fin de la promenade, on reprend la danse en « A » par le déplacement en pas de « seven ».	8 b