

# C'EST AUSSI LA VIE !

Version pour personnes en fauteuil roulant ne pouvant bouger le fauteuil, utilisation uniquement des bras

Danse en ligne à 2 murs, 32 temps, Niveau Débutant

Chorégraphe : Gilles Bataille (merci à David Linger pour ses conseils) - (France) – Août 2009 -

Adaptation wheelchair : Gilles Bataille (France) – Août 2009

Musique : « You Never Can Tell, C'est la Vie » par Roch Voisine [150 bpm] - CD : « Americana »

Ou « Take it Easy » par Roch Voisine [140 bpm] - CD : « Americana 2 »

[www.handiline.fr](http://www.handiline.fr)

Cette danse a été créée à l'occasion du Téléthon 2009

Temps	Description des pas	Instructions	Direction
	Démarrer sur les paroles - Position des mains : sur les genoux		
<b>Section 1 Point Finger – Touch – Point Finger – Touch</b>			
1 – 2	Pointer de l'index de la main droite vers l'avant, puis idem de la main gauche	Pointer	Devant
3 – 4	Poser la main droite sur la cuisse droite, puis la main gauche sur la cuisse gauche	Pose	Sur place
5 – 6	Pointer du pouce droit vers l'arrière au dessus de l'épaule, puis idem de la main gauche	Pointer	Derrière
7 – 8	Poser la main droite sur la cuisse droite, puis la main gauche sur la cuisse gauche	Pose	Sur place
<b>Section 2 Wrist Touch – Finger Strut - Wrist Touch – Finger Strut</b>			
1 – 2	Main droite : poser le poignet droit, paume relevée sur le genou droit, deux fois	Pose droit	Sur place
3 – 4	Main droite : poser le bout des doigts, puis la paume à plat sur la cuisse droite	Finger strut	Sur place
5 – 6	Main gauche : poser le poignet gauche, paume relevée sur le genou gauche, deux fois	Pose gauche	Sur place
7 – 8	Main gauche : poser le bout des doigts, puis la paume à plat sur la cuisse gauche	Finger strut	Sur place
<b>Section 3 Point Finger – Touch – Point Finger – Touch</b>			
1 – 2	Pointer de l'index de la main droite vers l'avant, puis idem de la main gauche	Pointer	Devant
3 – 4	Poser la main droite sur la cuisse droite, puis la main gauche sur la cuisse gauche	Pose	Sur place
5 – 6	Pointer du pouce droit vers l'arrière au dessus de l'épaule, puis idem de la main gauche	Pointer	Derrière
7 – 8	Poser la main droite sur la cuisse droite, puis la main gauche sur la cuisse gauche	Pose	Sur place
<b>Section 4 Wrist Touch – Finger Strut - Wrist Touch – Finger Strut</b>			
1 – 2	Main droite : poser le poignet droit, paume relevée sur le genou droit, deux fois	Pose droit	Sur place
3 – 4	Main droite : poser le bout des doigts, puis la paume à plat sur la cuisse droite	Finger strut	Sur place
5 – 6	Main gauche : poser le poignet gauche, paume relevée sur le genou gauche, deux fois	Pose gauche	Sur place
7 – 8	Main gauche : poser le bout des doigts, puis la paume à plat sur la cuisse gauche	Finger strut	Sur place
<b>RECOMMENCER</b>			
<b>VARIATION</b>	Certaines personnes peuvent avoir des problèmes pour effectuer ces mouvements. Dans ce cas, procédez comme suit		
<b>Sections 1 et 3 Point Finger – Touch – Point Finger – Touch</b>			
1 – 2	Pointer en même temps les index des mains droite et gauche vers l'avant, deux fois	Pointer	Devant
3 – 4	Poser en même temps les mains droite et gauche sur les cuisses	Pose	Sur place
5 – 6	Pointer en même temps les pouces droit et gauche vers l'arrière au dessus des épaules	Pointer	Derrière
7 – 8	Poser en même temps les mains droite et gauche sur les cuisses	Pose	Sur place