

Journal de la Danse

ET DU BON TON

ENCYCLOPÉDIE DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE, CHORÉGRAPHIQUE
ET PROTOCOLAIRE DE L'ACADÉMIE INTERNATIONALE DES AUTEURS,
PROFESSEURS ET MAITRES DE DANSE, TENUE ET MAINTIEN

TOME III (17^e VOLUME)



Par E. GIRAUDET, O. A.

DIRECTEUR-RÉDACTEUR EN CHEF

Siège social : 39, boulevard de Strasbourg

Abonnement : 10 fr. par an

1911

40 LEÇONS DE TENUE ET MAINTIEN



Mes 40 Leçons
de
Tenue & Maintien

Education Physique, Callisthénie ou l'art
d'apprendre tous les exercices utiles à la santé,
à la beauté et à l'hygiène du corps

par

Eug. GIRAUDET O. A. O

PRÉSIDENT DE L'ACADÉMIE INTERNATIONALE DES
AUTEURS, MAITRES ET PROFESSEURS D'ÉDUCATION MORALE,
PHYSIQUE ET CHORÉGRAPHIQUE

39, Boulevard de Strasbourg PARIS

1911

Prix : **10** francs.

L'OUVRAGE COMPREND 40 LEÇONS
DIVISÉS EN 3 CHAPITRES

(Voir le sommaire à chaque chapitre)

CHAPITRE I. — Leçons 1 et 2.

CHAPITRE II. — Leçons 3 à 30.

CHAPITRE III. — Leçons 31 à 40.

CHAPITRE I

1^{RE} ET 2^E LEÇON

SOMMAIRE :

Note de l'Auteur

Avant-Propos

Observations et Instructions préliminaires
sur les 40 leçons

Toilette des Professeurs

Hygiène

Réception des Élèves et Inscription

La Tenue des Élèves

NOTE DE L'AUTEUR

Je ne doute pas un seul instant que les charmants lecteurs et lectrices lisant cet ouvrage soient épris de la beauté physique, de l'hygiène du corps et de tout ce qui constitue la base de la vie active. Vivre heureux, bien portant, toujours gai et jeune d'esprit, n'est-ce pas le but de la vie ? Suivez attentivement les 40 leçons de cet ouvrage ; elles seront à la fois, pour vous, instructives et amusantes, tout en donnant au corps de ceux qui les pratiqueront les éléments de bien-être qui lui sont si nécessaires.

Je suis persuadé qu'ils assureront, à leur corps, en suivant mes recommandations, tous les avantages qui lui faisaient défaut. C'est-à-dire que l'on obtiendra un exercice avec un fonctionnement régulier et rationnel de tout l'organisme. Les sujets devien-

dront réellement élégants, agiles et bien portants.

Ces 40 leçons conduisent mathématiquement, ceux qui s'y exercent, à une parfaite santé et à une connaissance approfondie de la tenue, du maintien et de l'éducation. Elles sont destinées à toutes les personnes soucieuses de s'assimiler les bons principes d'éducation physique et morale.

Elles renferment encore toutes les connaissances nécessaires à la jeunesse qui, par elles, se trouvera pourvue de tout ce qui pourra former des générations meilleures, au double point de vue de la santé et des qualités morales. Tout ce qu'il faut pour cela, est condensé dans ces 40 leçons.

L'éducation étant la base de toute société civilisée, je me suis appliqué à persuader aux instructeurs suivant mes principes qu'ils doivent ne rien négliger pour former des élèves vigoureux, souples, polis et bien élevés. Dans cet ouvrage, ils trouveront les sources de tout ce qui est utile, s'ils ont soin, suivant les cas, de compléter par leur propre initiative, les parties dont ils comprendront qu'il y a lieu de forcer la dose.

Partant du même principe, ils feront bien également, en d'autres circonstances, de modérer mes propres prescriptions, lorsque cela leur paraîtra nécessaire. En définitive, ils ont en main, qu'ils le sachent bien, le plus complet guide d'éducation qui ait jamais été publié.

Ces 40 leçons sont une sorte d'encyclopédie sur l'éducation physique, morale, la tenue, le maintien et le protocole usuel.

La progressive graduation de classement moderne en fait un livre que tous les pères et mères de famille, instructeurs, maitres, professeurs, pensionnats et institutions devraient avoir toujours sous les yeux, pour le bien des leurs et dans l'intérêt de ceux dont ils ont la mission de faire des hommes.

Si ce travail reçoit votre approbation, vous avez le devoir de le répandre parmi vos relations, dans l'intérêt supérieur de la Patrie, car, seule, l'éducation assure la grandeur d'une nation.

Eug. GIRAUDET.

AVANT-PROPOS

Les 40 leçons qui vont suivre s'appliquent aux deux sexes et aussi bien aux jeunes gens qu'aux personnes d'un certain âge. Pour rester jeune, actif, plein de vie et de santé, il faut s'adonner à des exercices doux, en les graduant progressivement, et au fur et à mesure des progrès, de la force et de la santé des élèves. Il est donc indispensable de suivre mes leçons tous les jours, avec régularité et méthode sans arrêt, cinq minutes matin et soir. Pour obtenir d'appréciables résultats en souplesse et agilité, tout en ménageant une vie active et saine aux personnes de mauvaise santé, lourdes, raides, impotentes, nerveuses, il faut apprendre ces 40 leçons. On préparera ainsi les jeunes gens des deux sexes à devenir gracieux, élégants, bien élevés et évoluant avec aisance et distinction dans le monde. Ces leçons constituent vraiment la clef du bonheur.

Je conseille donc aux instructeurs et aux élèves voulant bien suivre mes leçons, d'appliquer strictement la marche progressive de ma méthode telle qu'elle est indiquée ci-après. On peut s'y exercer seul, aussi bien qu'en nombre indéterminé. Pour obtenir des résultats sérieux de tenue et de maintien, aussi bien que d'hygiène, il faut que tous les membres, les muscles et les articulations se meuvent en tous sens.

Mes leçons contiennent tous les exercices salutaires et provoquant la beauté et la santé. De même que la vie quotidienne oblige à marcher en tous sens, à l'intérieur aussi bien qu'au dehors, les danseurs évoluent en avant, en arrière, à droite, à gauche, en tournant, etc. Ceux donc qui se destinent à la propagation de la tenue, du maintien, ou de la chorégraphie, doivent commencer par apprendre à marcher dans toutes les directions que je vais énumérer, afin de savoir se tirer d'un faux ou mauvais pas. On ne saurait croire combien l'usage rationnel des pieds est précieux.

C'est, en beaucoup de circonstances, la providence des gens avisés. Cela évite les

accidents de tous genres. Un bon danseur ne tombe jamais. Puisque nous marchons et dansons dans toutes les directions, il est facile de conclure combien l'on aura intérêt à suivre mes leçons ; afin de permettre à chacun de juger les soins minutieux apportés à mon enseignement, j'ai rassemblé ici les préceptes les plus utiles constituant les leçons de tenue et maintien pour les jeunes gens, les dames et messieurs, aussi bien au cours que pendant les leçons particulières.

Nous allons suivre les diverses phases par lesquelles passent les élèves depuis le début, jusqu'au jour où ils atteignent la perfection.



1^{re} LEÇON

Observations et instructions préliminaires sur les 40 leçons

Tous les exercices constituant les 40 leçons peuvent s'exécuter seul ou par couples, ou par groupes, ou en monome. On peut opérer en ligne, en rond ou en moulinet. C'est au professeur de juger comment il divisera ses classes par degrés d'aptitudes. Il ordonnera d'abord des mouvements séparés, puis des mouvements d'ensemble, l'orsqu'il le jugera nécessaire. Au cas où il aurait un trop grand nombre d'élèves, ou une salle trop petite, il pourra les placer sur deux rangs, l'un derrière l'autre, les plus petits au premier rang. Bien faire attention de ne pas placer des débutants avec des élèves ayant déjà pris plusieurs leçons. Cela ne serait bon ni pour les uns ni pour les autres.

Bien observer aussi qu'il serait maladroît de placer des malades avec des élèves bien portants. Il faut que tout soit ra-

tionnel et bien mesuré. C'est ainsi seulement que les études progressent et que la santé s'améliore. Souvent dix élèves pris au hasard sur cent possèdent dix constitutions, dix caractères et dix aptitudes différents. C'est dans cette variété de tempéraments qu'un instructeur avisé trouvera la source des meilleurs résultats pour une bonne culture physique.

Toilette du professeur

La toilette du professeur devra être correcte et appropriée aux modes et circonstances. C'est-à-dire qu'elle subira les embellissements exigés par les différents cas, suivant que les leçons de tenue et maintien seront particulières, ou que le professeur se rendra à son cours, dans les familles, écoles, pensionnats, bals, soirées, sauteries, noces, cotillons, bals blancs, bals masqués, travestis ou matinées.

Hygiène

En raison des contacts inévitables, on devra surveiller l'hygiène de la bouche,

pour conserver une haleine irréprochable. Non seulement les professeurs, mais toutes les personnes feront bien, les jours de soirée, cours, leçons, etc., de s'abstenir d'alcool, de mets épicés et surtout de fumer, à moins d'avoir des bonbons pour faire disparaître ces désagréables odeurs.

C'est aux maîtres qu'il appartient de mettre chacun en garde contre cet inconvenient.



2^{me} LEÇON

Réception des élèves et inscriptions

Les réceptions de tous genres doivent se faire sans prétention. La simplicité est ce qui plaît le mieux à la majorité des visiteurs. Remarquez que les plus hauts placés dans la hiérarchie intellectuelle, s'appliquent à réserver le meilleur accueil à tous ceux qui les approchent. Appliquez-vous à faire de même.

Au moment d'inscrire les élèves, faites les asseoir et prenez leurs noms, adresses, dates, conditions du premier prix, des frais de vestiaire, etc. Ajoutez en observation les leçons que désire apprendre l'élève.

La tenue des élèves

Les élèves doivent avoir une mise soignée, une haleine saine; et pour cela, éviter le tabac, l'ail et les alcools. Ils seront gantés et habillés suivant les saisons et les circonstances. Les élèves arrivent au cours avec le chapeau et la canne ou parapluie

dans la main gauche; ils vont saluer les professeurs et leur dames, puis se débarrassent, au vestiaire, de leurs affaires inutiles aux leçons de tenue et de maintien, etc.

Avant leur départ de la leçon, les élèves vont saluer et remercier leur professeur, présenter leurs hommages aux dames, serrer la main à leurs amis et retirer leurs effets du vestiaire. On ne doit mettre son chapeau que lorsqu'on est sorti du cours.



CHAPITRE II

3^{ME} A 30^{ME} LEÇON

SOMMAIRE :

Position des élèves et du professeur pour les leçons. — Les cinq positions de la tête, du corps, des bras, des pieds. — Les cinq pas. — Marches, Promenades, Tours de mains et bras, Pirouettes. — Nota sur les premiers éléments de culture physique. — Les gènesflexions et pliés pour assouplir. — Les sauts. — La progression à suivre. — La courbature disparaît en 4 jours. — Les dépenses de force d'accord avec la santé. — La manière de maigrir. — Torsion du corps. — Balancier du corps. — Flexions. — Exercices des bras. — Ailes de moulins. — Jeu avec baguette. — Courses, Galop, Pasgymnastique. — Exercices en rond. — Les chutes ou la manière de tomber et d'éviter les accidents. — Les 50 exercices et jeux callisthéniques.

Ce chapitre II constitue les éléments de la 3^e à la 30^e leçon, que le professeur, suivant l'âge et les dispositions des élèves, pourra sectionner, diviser et appliquer à son gré.

3^{ME} LEÇON

Position des Élèves et des Professeurs pour les Leçons de Tenue et Maintien

Lorsque le professeur donne des leçons d'ensemble, il place les élèves sur un rang sans les obliger à se tenir les mains. Les talons doivent se toucher, les pointes ouvertes obliques, en avant ; les bras pendent sans raideur le long des jambes ; les doigts sont un peu détachés ; le pouce doit presque joindre le médium, l'index est un peu plus ouvert que les autres doigts. Le corps, droit et souple, repose sur les deux pieds à plat. Les élèves doivent tenir la tête haute, les yeux fixés droit devant eux. Dès que la position a été rectifiée, les mains resteront libres pour certains exercices. Pour d'autres, les élèves se donneront la main sur un rang et en ligne.

Si la leçon est particulière, la jeune fille tiendra sa robe des deux mains ; si c'est un jeune homme, il placera sa main gauche sur la hanche gauche, la main droite res-

tant libre. Le professeur se place devant ses élèves pour décomposer devant eux toutes les leçons, avec gestes et explications à haute voix. Pour les marches, tous les élèves se donnent les mains sur un rang en ligne. Pour les autres positions des élèves, des instructions seront données au fur et à mesure des leçons.

Je recommande aux professeurs et aux personnes désirant apprendre ces 40 leçons, de les suivre une à une avec méthode et ponctualité. En exécutant, tous les jours, pendant une heure chaque leçon, seul ou en collectivité, on arrivera en 40 heures à apprendre où à enseigner tout le contenu de cet ouvrage.

Culture Physique et la marche à suivre pour le bien du corps

Les cinq positions de la tête, du corps, des bras, des pieds et les cinq pas

La pratique de ces positions constitue le meilleur exercice de culture physique et la marche à suivre pour se maintenir en

bonne santé. Voici les cinq positions de la tête : 1° Baisser la tête en avant ; 2° Tête en arrière ; 3° Sur le côté droit ; 4° Sur le côté gauche ; 5° Au repos.

Les cinq positions du corps sont analogues ; elles s'effectuent en pliant le corps sur les 4 faces indiquées ci-dessus.

Les cinq pas sont : 1° Poser le pied droit à 40 centimètres en avant ; 2° Poser le pied droit en arrière ; 3° Poser le pied droit sur le côté droit ; 4° Poser le pied droit sur le côté gauche ; 5° Ramener le pied droit au repos, les talons ensemble. Répéter de l'autre pied.

Les cinq positions des deux pieds : 1° Talons réunis pointe en dehors ; 2° Pied droit de côté ; 3° Talon droit à la cheville gauche ; 4° Pied droit en avant ; 5° Talon droit à la pointe gauche le pied ouvert. Répéter de l'autre pied.

Les cinq positions des bras sont : 1° Les deux mains devant soi à hauteur de ceinture ; 2° Mains tendues sur les côtés ; 3° Bras en cercle au-dessus de la tête ; 4° Bras devant les cuisses ; 5° Bras au repos sur le côté des cuisses.

4^{m^e} LEÇON

Marches et promenades, tours de mains, etc.

L'art de marcher seul, avec une dame, en groupe ou en ligne, doit faire l'objet de notre attention. La simplicité dans la démarche est une marque de distinction. Les personnes prétentieuses ont une démarche affectée. L'air de grandeur qu'elles cherchent à se donner, en voulant imiter tel ou tel personnage, dont elles se font quelquefois la tête, dénote leur peu d'intelligence unie à une déplorable éducation. Laissons cette façon de faire aux pédants à M. Jeme Gobe, aux sots de tous les calibres, et adoptons une démarche simple, gracieuse et sérieuse.

Lorsqu'ils marchent seuls, les messieurs partent du pied gauche et les dames du droit. Dans les promenades par couples, groupes, en rond, en moulinet, en lignes, tout le monde part du même pied.

Avant de commencer une marche du pied droit, en avant, le poids du corps repose en entier sur le pied gauche posé à plat; le talon droit se soulève doucement, puis la pointe, ensuite la jambe droite se développe en avant; le talon droit touche d'abord le sol, puis la pointe droite se pose sur le parquet supportant le poids du corps. Une fois le pied droit posé, le talon gauche se soulève et l'on répète le même jeu en alternant de pied. On effectue ainsi 7 pas en avant et l'on ramène le talon gauche près du droit, ce qui constitue un 8^{me} pas.

Pour effectuer la marche en arrière, on opère de la même façon, en posant d'abord la pointe droite la première en arrière, puis le talon, etc. Au 8^{me} pas, le talon gauche vient rejoindre le droit.

Voici maintenant toutes les marches à exécuter en tous sens et par des tours de main : 1° Marche en avant; 2° Marche en arrière; 3° Marche sur le côté droit. Au 2^{me} pas, on croise le pied gauche devant le droit; au 4^{me} on le croise derrière; 4° Marche sur le côté gauche en croisant le pied

droit devant et derrière; 5° Marcher sur le tracé d'un cercle ou grand rond, en partant sur la droite, puis sur la gauche; 6° Marche croisée en rond en se tenant par les mains. On marche ainsi sur la droite et la gauche, en croisant les pieds devant et derrière; 7° Marche croisée en farandole; 8° Marche par couples en avant et en arrière, en se tenant par les mains, puis par une main, puis le bras droit et gauche pour la promenade, la danse et le mariage.

Tours de main droite et gauche

On se tient les mains, main droite à main droite, et l'on part du pied gauche, en marchant sur le tracé d'un cercle avec les mains libres placées sur les hanches ou à la robe.

On en fait autant par la main gauche, en partant du pied droit et pareillement pour les deux mains. On exécute ainsi une marche en monome, les messieurs derrière leur dame. On peut aussi se livrer à la marche en moulinet étant 3, 4, 5, 6 et 8 personnes, ou à la marche en doubles moulinets.

Tours de bras

Les tours de bras droit et gauche s'exécutent en se tenant par la saignée du bras droit à bras droit, ensuite bras gauche à bras gauche. Tours de bras droit, puis tour des bras gauches en tresse: les mains droites sur les biceps de son vis-à-vis ou main droite à main droite sur l'épaule droite de son partenaire.



5^{me} LEÇON

Pirouettes en tous genres

Les pirouettes varient à l'infini. Nous avons les pirouettes par la main droite à main droite, en dedans et en dehors par couples. Chacun des danseurs ou danseuses tourne, à son tour, à droite puis à gauche, en passant sous le bras levé. Les pirouettes simples avec les 4 mains croisées, les mains gauches étant dessus, chaque danseur tourne à son tour. Les pirouettes simples avec les 4 mains croisées, les droites sont dessus. Les pirouettes à droite ou à gauche, en dedans et en dehors, par les deux danseurs à la fois, placés l'un en face de l'autre, la main droite dans la main gauche du vis-à-vis. Les pirouettes dans les mêmes conditions que les précédentes, mais en employant les autres mains. Pirouettes avec les 4 mains liées en dedans et en dehors, en tournant à droite et à gauche et sans arrêt, par un couple se donnant la main droite à main droite. Les pirouettes continuelles et sans arrêt par un couple se

donnant la main gauche à main gauche. Les pirouettes continuelles et sans arrêt, par un couple ayant les 4 mains croisées, les droites dessus. Répéter avec les mains droites dessous.

Nota sur ces premiers exercices

Tous ces tours de mains, marches, pirouettes, etc., s'exécutent dans la position convenant le mieux, c'est-à-dire que le danseur ou la danseuse doivent se tenir droits et gracieux, en plaçant la main libre sur la hanche, pour le cavalier, et à la robe pour la dame. Lorsque la mode du moment le permettra, les dames pourront agrémenter leur main libre de l'éventail.

Les marches s'exécutent en lignes, et en pas de marche ordinaire, et par couples, pour les tours de mains et pirouettes.

En cours collectifs, tout s'esquisse au commandement du professeur, qui compte 1, 2, pour rien, puis commande : Partez, pour commencer, et halte, pour finir. Si la leçon est particulière, le professeur tiendra le rôle de la dame, avec le cavalier, et ce-

lui de cavalier avec les dames. Il se placera devant ou en face ; il pourra encore tenir son élève par la main ou les mains suivant les mouvements à faire exécuter.

Les saluts et révérences doivent être faits après chaque exercice.



6^{me} LEÇON

Génuflexion

Pour corriger la raideur et calmer les nerfs, on exécutera des génuflexions sur toutes les faces, formes et positions que peuvent prendre les pieds, et en alternant de pied.

Voici la progression à suivre :

1° Le poids du corps reposant sur les deux pieds, plier sur les genoux, les talons réunis, les genoux et pointes des pieds ouverts, les bras pendants, les doigts touchant le parquet sur les côtés, à chaque plié ; le faire de 25 à 200 fois, en suivant une progression de 5 à 25 par jour, selon la raideur des élèves.

2° Le poids du corps reposant sur un pied et demi, c'est-à-dire que l'on passe la pointe gauche croisée derrière le droit, en n'appuyant la pointe gauche qu'à demi sur le parquet, et l'on plie sur le pied droit de 10 à 100 fois, les mains placées comme précédemment, avec une progression de 5 à 15 par jour.

3° Le poids du corps repose sur un pied seulement ; plier doucement dessus, à demi-fond, ou à fond si possible, en développant l'autre en avant en l'air ; se relever ainsi. En leçon particulière, s'il est besoin, le maître soulève le pied tendu pour aider l'élève à se relever, ou l'élève se tient à une chaise, ou les élèves se tiennent entre eux, dans les cours d'ensemble. Ce plié se fait en développant l'autre pied en l'air, en avant, sur le côté, en arrière sans toucher terre ; puis on alterne le rôle des pieds. On en exécutera de 5 à 25, en suivant une progression de 1 à 5 par jour. Ainsi gradués, ces exercices produiront les meilleurs résultats dans l'assouplissement des jambes les plus raides.

Quand on plie 20 fois sur les 2 pieds, on plie 10 fois sur 1 pied et demi et 5 sur 1 pied, toujours dans les mêmes proportions en augmentant.

Pliés à fond

On exécute aussi des pliés à fond sur un pied ; l'autre pied glisse dans toutes les directions, on plie à fond sur un pied en glis-

sant l'autre en avant, de côté et en arrière. Se relever et en faire autant de l'autre pied. Répéter ces pliés en se relevant après chaque développement de jambe en avant, de côté et en arrière.

Les sauts

Sauter deux fois très haut, sur la pointe de chaque pied, en ayant soin de tenir l'autre pied en l'air, derrière et d'alterner bien régulièrement, soit 120 à 150 sauts très haut à la minute. Cet exercice donnera du ressort, de l'élasticité aux danseurs, et les jambes les plus rebelles ne tarderont pas à devenir souples comme du caoutchouc. Ils devront être exécutés de 120 à 1,000 fois par séance, avec une progression de 25 par jour.

Au dire des princes de la science, 1 minute de saut est considérée, au point de vue de la dépense physique, comme valant une heure de marche pressée.

Théorie du saut : Soulever le pied droit derrière, plier un peu sur le genou gauche, s'élever avec élan, comme si on voulait at-

traper quelque chose beaucoup plus haut que la portée de la main ; retomber sur la pointe droite, ce qui provoque un rebondissement après lequel on retombe une 2^{me} fois sur la pointe droite, le pied gauche soulevé derrière. Répéter en sautant deux fois sur le gauche. Ces sauts ressemblent un peu à un ballon qui touche terre en rebondissant plusieurs fois.

Instructions Générales

Progression à suivre. Courbature

Dépense de force

Pour maigrir par les genuflexions, pliés et sauts

Les personnes désirant apprendre très bien et vite la tenue et le maintien doivent d'abord s'assouplir les jambes et le corps par les exercices de flexion qui précèdent, des jeux du corps et des bras, sauts, galops, suivant les indications de cet ouvrage, et s'y livrer matin et soir, sans interruption, jusqu'à parfait résultat, au moment du lever et à celui du coucher, dans une tenue

aisée, pendant une moyenne de cinq minutes par jour.

Les 3 ou 4 premiers jours, les élèves exécutant scrupuleusement ces exercices seront courbaturés sérieusement, mais je les tranquillise ; cette courbature disparaît du 5^e au 6^e jour et, de raides comme un bâton, ils deviendront souples comme un élastique ; ils apprendront plus vite à bien se tenir, danseront mieux, plus élégamment et surtout sans fatigue, pendant la marche et le bal.

Avec un entraînement raisonnable, on obtient de meilleurs résultats, la santé s'améliore et les rhumatismes, arthrites, douleurs articulaires, athsmes, etc., disparaissent comme par enchantement.

Je le répète donc, l'élève ne doit pas négliger ces exercices aussi utiles qu'hygiéniques ; le professeur devra, avant chaque leçon, les lui imposer, pour se rendre compte des progrès de l'assouplissement. Il ne devra les faire cesser que lorsqu'il jugera l'élève parfaitement souple. Pour être parfaitement assoupli, il faut de huit jours à un mois d'exercices, selon la force,

la raideur ou les nerfs des élèves ; c'est au professeur de bien étudier son élève, pour lui tracer ensuite le nombre et la durée des exercices à exécuter, en tenant compte du tempérament et de la santé. Ces exercices doivent toujours se produire en progressant, de 5 à 25 par jour. Ne pas perdre de vue qu'il ne faut pas imposer plus de dépense à un sujet qu'il ne peut en supporter. Les excès en tout sont nuisibles. Une théorie méthodique et bien graduée donne les meilleurs résultats, à ceux qui veulent se développer, devenir souples, bien portants et demeurer jeunes toute leur vie.

Quant à ceux qui demandent à maigrir aux exercices physiques, ils devront arriver, avec une progression de dix par jour, à faire 1.000 pliés quotidiens sur 2 pieds, 250 sur un pied et demi, 50 sur un pied et 5.000 sauts. Je garantis l'efficacité de ce moyen, en s'y soumettant deux fois par jour pendant 5 à 10 minutes par séance, sans interruption et en suivant une rationnelle graduation. Tous ceux qui ont suivi mes leçons, et mis en pratique mes conseils, sont devenus actifs et bien portants. Je

connais même des impotents qui sont devenus élégants et parfaits danseurs.

Les 3.540 élèves des deux sexes qui ont suivi mes cours et leçons, pendant la saison dernière, sont une preuve suffisante qui dispense de tous commentaires. Tous les professeurs peuvent garantir un semblable succès aux jeunes comme aux vieux, aux raides comme aux souples, aux lourds et aux maigres comme aux légers et forts. Tous ces sujets deviendront, par ces exercices, des hommes et des femmes accomplis. Ils acquierront l'aisance, la grâce et l'agilité si recherchées des heureux de ce monde. Ces exercices sont au corps ce que l'idéal est à l'esprit. Ils le conduisent à l'hygiène et à la beauté. Tout être qui veut vivre heureux et estimé doit s'y livrer ; c'est la meilleure méthode pour rester jeune, gracieux et gai. C'est encore l'assouplissement des muscles, le calme des nerfs, la tranquillité de l'esprit et l'assurance du sommeil quotidien et réparateur. Les personnes mal douées par l'aveugle nature trouveront dans ces exercices un remède excellent contre les défauts de conforma-

tion du corps, des pieds, etc... Les tics disgracieux, les défauts d'attitudes et les positions défectueuses ne résisteront pas à ce traitement qui constitue la plus rationnelle, la plus pratique et la meilleure des cultures physiques.



7^{ME} LEÇON

Mouvements du Corps

Ces mouvements s'inaugurent par une torsion du corps : L'élève a les bras tendus latéralement sur les côtés, tourne le corps à droite et à gauche, sans remuer les pieds. Avec un entraînement suivi, il peut se tor- dre ainsi jusqu'à ce que la tête vienne face en arrière. Faire cet exercice et les sui- vants, qui sont des plus salutaires, de 5 à 10 fois par séance, pour assouplir la taille et le buste, calmer les crampes et les dou- leurs intercostales. Un autre exercice de balancement, connu sous le nom de *balan- cier du corps*, consiste à balancer le corps sur les côtés, par des flexions alternatives, les bras demeurant latéraux, les pieds à plat et sans mouvement. On plie le corps à droite, la main droite allant toucher, ou dans la direction du talon droit. Le même mouvement se répète à gauche de 5 à 10 fois, les jambes restant droites.

Il y a aussi les *flexions du corps* en avant et en arrière, au cours desquelles les jarrets

sont tendus. On plie le corps en avant, les doigts allant toucher la pointe des pieds sans plier les genoux. Elever les mains verticalement, en pliant le corps en arrière 5 à 10 fois.

Exercices des Bras

Ces exercices ont pour but de mouvoir les bras dans toutes les positions que les articulations permettent.

Voici les principaux :

- 1° Bras droit en avant horizontal.
- 2° Tendu vertical.
- 3° Latéral sur le côté droit.
- 4° Derrière, horizontal.
- 5° Au repos le long des jambes.
- 6° Sur le côté gauche, en passant devant la poitrine.
- 7° Derrière le dos à hauteur de cein- ture.
- 8° La main droite derrière la tête.
- 9° Le bras droit décrit un grand cercle en tournant à droite de bas en haut.
- 10° Même mouvement que le 9° en tour- nant à gauche.

Même mouvement au-dessus de la tête, puis devant et derrière soi. On répète tous ces mouvements du bras gauche. Ensuite, on répète les mêmes exercices avec les deux bras à la fois. Répéter tous ces mouvements de bras en plaçant le pied droit en avant, en arrière et sur le côté, En faire autant avec le pied gauche. On peut encore exécuter ces exercices en fléchissant le corps dans toutes les positions.



8^{ME} LEÇON

Ailes de Moulin

Placer le pied gauche en avant, avec le bras gauche tendu en avant. Le pied droit en arrière, avec le bras droit tendu en arrière. Dans cette position, faire tourner les deux bras en ailes de moulin, sans remuer les pieds, mais en tournant un peu le corps à droite et à gauche. Les bras décrivent un grand cercle en commençant par baisser le bras gauche, en élevant le droit. Répéter les ailes de Moulin, en plaçant le pied et le bras droits en avant, le pied et le bras gauches en arrière. Exécuter dix fois cet exercice, le répéter avec les bras tournant dans l'autre direction.

Jeux d'Escrime

Ces jeux doivent se faire sur les quatre faces et de chaque pied. L'exercice consiste à porter le pied droit très en avant, en pliant le genou, le bras droit tendu en avant, le gauche en arrière. La jambe gau-

che est tendue en arrière. Répéter ce mouvement de 5 à 10 fois sur tous les côtés. Recommencer le même exercice, en partant du pied gauche en avant, etc...

Jeu du Bâton

Prendre un bâton des deux mains, à défaut de bâton se munir d'une ficelle ayant une boucle à chaque extrémité. Faire des mouvements en avant et des deux côtés, ensuite par dessus, puis derrière la tête en portant tantôt le pied droit et le gauche en avant. Le faire descendre jusqu'à la taille, ensuite le ramener devant soi, en décrivant le même parcours. Passer les pieds entre les bras et le bâton, puis faire sortir celui-ci par derrière la tête, si possible. Décrire les mêmes mouvements en sens inverse et exécuter tout cela dix fois.

Les Scieurs ou le Jeu des Baguettes

Deux élèves, en face l'un de l'autre, les pieds gauches en avant, saisissent de leurs mains les bouts de deux baguettes. Sans

les quitter, il les font mouvoir, en les poussant et les tirant tour à tour d'un mouvement qui imite les scieurs des deux mains. Répéter avec le pied droit en avant, puis en se tournant le dos. Des pirouettes et des passes peuvent être exécutées, en passant sous les baguettes levées du côté droit, on répète ce mouvement sous le bras gauche.



9^{me} LEÇON

Pas de galop

Le pas de galop s'exécute en tous sens et de chaque pied, en faisant le tour du salon pendant une minute à chaque séance, avec de grandes flexions exagérées. Cela assouplit les jambes et donne un jeu rationnel et bienfaisant aux genoux en galopant.

Les bras s'agitent de bas en haut pendant le galop.

Théorie. — Glissez le pied gauche de côté, le chasser par le droit, chasser encore une deuxième fois. L'on refait ce mouvement autant de fois qu'on le désire, en pliant sur les genoux.

Recommencer ce même mouvement du côté droit.

Exercices en rond

C'est le moyen d'assouplir, en les amusant, ceux qui seraient réfractaires aux exercices précédents. Ce moyen réussit aussi bien avec les grands qu'avec les petits,

sans qu'ils se doutent qu'on veut détruire leur raideur. Exécutés par 3, 4, 5 personnes et plus, ces exercices mettent en jeu le corps et les bras des moins entraînés.

Cinq personnes, dames ou cavaliers, se donnent les mains en rond. Un cavalier prend le n° 1, passe sous les bras levés, ce qui forme un pont devant lui, du bras gauche et du droit des vis-à-vis; une fois passé, ceux qui lèvent les bras passent également dessous leurs propres bras élevés en pirouettant sur eux-mêmes. Ce mouvement place les 5 personnes dos à dos; elles n'ont pas dû se quitter les mains, pendant l'exécution. Tous lèvent les bras, pour revenir dans la première position, le cavalier, en allant en arrière et en passant par le même chemin. Les autres le suivent en passant sous les bras levés, et en pirouettant en sens inverse. Chaque danseur exécutera, à son tour, ce mouvement. C'est un salutaire exercice pour les bras et les épaules. D'autres passes peuvent être exécutées dans la même position, en passant sous les bras des voisins de gauche ou de droite. En répétant la passe ci-dessus, on revient au

point de départ. Le professeur pourra innover d'autres combinaisons, car il serait long et fastidieux d'entreprendre des théories inutiles qui seraient plus ou moins bien comprises.

Cet exercice deviendra très amusant si le professeur entremêle adroitement en rond les bras des élèves, de façon à former une chaîne nouée. Il faut que les élèves sortent sans s'abandonner les mains, et surtout sans brusquerie. C'est en passant la tête sous les bras levés des voisins, ou des vis-à-vis, que l'on embrouille le mieux les bras. Deux ou trois passes peuvent avoir lieu pendant le même mouvement.

Pas gymnastique

Exécuter un pas de gymnastique sur les pointes pendant une minute ou deux, en progressant suivant la dépense de force que l'on veut s'imposer.

Course

Courir en tenant les genoux légèrement pliés. Poser d'abord le talon, puis la pointe de chaque pied.

10^{me} LEÇON

Exercice des chutes ou la manière de tomber et d'éviter les accidents

Il sera très utile d'apprendre à tomber aux élèves, afin qu'ils ne puissent se faire aucun mal, si un accident leur arrive durant une promenade ou en toute autre circonstance. Aussitôt que l'on se sent tomber, il faut aller au-devant de la chute, seul moyen de ne se faire aucune foulure ni cassure. Prenons comme exemple les clowns qui forment un cerceau en tombant et ne se cassent jamais rien.

Il y a dix manières différentes de tomber en glissant dans toutes les directions, faux pas, croc en jambe, bousculades, chocs, etc.

Il suffit de se laisser aller et tomber sans résistance ni raideur, et sans chercher à se retenir. La chute doit être naturelle sans occasionner de douleur.

Si vous êtes bousculé par quelqu'un, ou pris en écharpe par un cheval, etc., vous n'avez qu'à tourner sur vous-même. On évite ainsi la chute et les graves accidents

pouvant en résulter. Au lieu de résister au choc, il est préférable de le suivre.

Il n'est pas inutile de rappeler, à ce propos, qu'on ne devient bon danseur qu'en connaissant à fond les exercices d'éducation physique. Le vrai danseur ne tombe jamais et évite plus facilement les accidents que tout autre.

Celui qui sait se servir de ses pieds a toutes les chances de parcourir la vie saine et sauf, tandis que le maladroit s'expose, à chaque pas, à devenir éclopé.

Exercices couchés

Pour compléter les exercices de tous les muscles, dans toutes les positions et les directions, faire coucher l'élève sur le dos et lui ordonner de faire mouvoir les mains, les pieds, les bras et les jambes en tous sens. Répéter ces mouvements en se plaçant successivement sur le ventre et sur chacun des côtés.

Dans ces diverses positions, l'élève devra faire fonctionner sa respiration, afin de fortifier ses poumons. Respirer régulière-

ment et sans effort, étant couché sur le dos, en tenant les bras et les jambes écartés, est un repos éminemment salutaire.

La santé par les exercices

Si l'on s'intéresse à la santé de quelqu'un, il ne faut jamais avoir recours à des agrès quelconque. Pour s'assouplir les muscles suivant la prescription de la chirurgie et de la médecine, il ne faut avoir recours qu'à ses propres moyens, seul système pour ne pas faire travailler et grossir des muscles au détriment des autres.

Le développement, la souplesse et l'élégance ne s'acquièrent que par soi-même et en suivant un entraînement naturel et progressif, par des exercices où toutes les articulations et les muscles fonctionnent en tous sens et en pleine liberté. Tous ceux qui conseillent des jeux ou exercices avec accessoires sont en désaccord avec l'anatomie et les sources de la santé de la jeunesse.

Le présent ouvrage résume tous les exercices utiles à la santé, et cela sans aucun appareil.

11^{ME} LEÇON

Vertige aérien, de la Danse, des chevaux de bois, etc.

Combattre le vertige est chose facile, comme on va le voir. Etudions d'abord les exercices préparatoires et progressifs pour combattre le vertige de la danse. Dès les premières leçons, il faut apprendre aux élèves à faire disparaître le vertige qui les gêne.

On opérera comme il suit :

L'élève seul placé ses bras tendus latéralement sur les côtés : il marche d'abord en avant, puis il marche en tournant sur place et en pivotant sur la pointe de chaque pied (en alternant et en tournant à droite). On commencera par faire 4 à 5 tours seulement en tenant le corps droit, la tête droite, les yeux doux toujours fixés droit devant eux, les jambes légèrement pliées. Après ces 4 ou 5 tours, on s'arrête et on tourne 2 ou 3 tours à gauche pour rétablir l'équilibre et faire disparaître promptement le vertige. On reprend la marche en avant,

6 ou 8 tours suivront. On visse et on dévisse en tournant des deux côtés. Pour bien s'orienter dans les tournolements à droite et à gauche, il suffit d'imiter la vis : pour tourner à droite l'on visse ; pour tourner à gauche l'on dévisse.

Il est important d'exécuter ces tours en progressant, pour arriver à un parfait résultat. Une dizaine de séances, au maximum de cinq minutes, doivent suffire pour supprimer tout vertige chorégraphique.

Le vertige des chevaux de bois et de tout ce qui tourne, disparaît sous l'action d'un entraînement bien suivi.

Le vertige aérien disparaît facilement sous l'influence de l'habitude. On regarde d'abord pendant dix minutes à dix mètres au-dessous de soi. On monte ensuite à 15 mètres de haut et l'on s'exerce à regarder en bas. On fait cela tous les jours pendant une semaine en augmentant tous les jours la hauteur et l'on arrive à fixer impunément les plus grandes profondeurs.

Callisthénie

Les jeux et mouvements de grâce, ou

callisthénie, s'exécutent dans toutes les positions que peut prendre le corps. On s'y livre seul, par couples ou par groupes en décrivant des mouvements de bras, des jeux de robe, d'éventail, de chapeau Louis XIV, etc.

La Callisthénie comprend tous les gestes, pas et attitudes des menuets, gavotte, pavane et passe-pied, seul où à deux. Les jeux de la tête, du corps, avec les exercices des bras, dans les cinq positions, constituent de gracieux sujets et jeux callisthéniques. On les embellira encore par de gracieux placements de pieds, un aimable sourire et une expression simple et sincère dans les yeux. Il faut n'y apporter aucune affectation. Cela paraîtrait prétentieux. Tous les mouvements exécutés comme ci-dessus, donneront au corps et aux gestes de justes proportions, et faciliteront les plus belles poses plastiques que l'on puisse composer.

Ceux qui s'y exerceront, avec un entraînement raisonné, ne tarderont pas à acquérir une élégance de lignes, qui les fera donner en exemple de grâce, de souplesse

et d'exquise beauté. Chercher les plus beaux effets de poses, attitudes, gestes, comme aussi les plus aimables jeux de physionomie ; tels sont les buts poursuivis par la callisthénie.

Nous allons étudier quelques exemples dans les articles suivants.

Expression de la Physionomie

Si la physionomie est dure et disgracieuse, si le corps n'est pas élégant, il faut corriger tout cela, en apprenant les jeux et exercices des belles attitudes, les positions gracieuses et toute la gamme des regards. Tous ces exercices aideront à constituer la beauté d'ensemble, à souligner l'expression du sentiment se reflétant sur la face, qui doit être toujours le miroir du milieu et du genre où l'on évolue.

Il est du plus mauvais goût d'avoir une figure d'enterrement au milieu des fêtes, comme il serait absurde de venir tout souriant suivre un convoi. Ne pas adopter, non plus, un aspect dur et froid, pour

laisser croire que l'on est grave et austère ; pas plus qu'il ne convient de rire à tout propos et sans motif. La culture physique assure la douceur, la mesure, le tact, le goût, en un mot le bon sens.



12^{me} LEÇON

Balancé Louis XV

De sa main droite, le cavalier prend la main droite de sa dame en face de lui. Ils élèvent tous deux les mains gauches à demitendues sur le côté. Ils glissent le pied gauche à gauche, puis passent la pointe droite croisée devant la gauche. Le corps est un peu plié à droite, et les yeux se dirigent à gauche. Répéter ce mouvement de l'autre pied en changeant de main. On recommence une dizaine de fois ce charmant balancé.

Pirouette de Grâce d'une et de deux mains

Deux personnes se donnent la main droite ; l'une fait tourner l'autre à gauche sous son bras droit, en glissant le pied droit, un peu en arrière. Le corps est légèrement plié à gauche ; les couples se regardent mutuellement sans se quitter des mains. Chacun répète, à son tour, cette pirouette,

puis on la reprend de la main gauche, c'est-à-dire main gauche à main gauche en tournant à droite. On en fait ensuite autant en se donnant les deux mains. Etant placés l'un en face de l'autre, on prend la main gauche de son vis-à-vis avec la main droite, tandis que lui, ou elle, fait le même mouvement en sens contraire. Deux mains se lèvent, tandis que les deux autres se baissent. Un des deux danseurs passe sous les mains levées, en tournant un tour à droite, puis ils se sourient mutuellement, tandis que l'autre danseur glisse le pied droit en arrière. La personne qui vient de tourner exécute encore presque deux tours à gauche, puis elle pirouette à droite. Les mains qui s'étaient élevées s'abaissent et celles qui étaient en bas se lèvent. L'autre personne glisse le pied gauche en arrière, on répète plusieurs fois ces pirouettes, en alternant avec son ou sa partenaire.



13^{me} LEÇON

Les Ronds élégants

Deux, trois, quatre, cinq ou un plus grand nombre de personnes se donnent les mains en se plaçant en rond. Elles avancent, reculent, en levant et baissant les mains, Elles tiennent le corps plié à gauche et regardent à droite, puis regardent à gauche en pliant le corps à droite ; puis elles plient le corps en avant, les yeux fixant le sol, en arrière avec les yeux au ciel. Lorsqu'on regardera en arrière à droite, le pied gauche sera en avant et le droit en arrière ; les bras seront tendus en avant, le corps et le cou un peu tournés vers la droite. Répéter de l'autre côté, puis reprendre le tout avec les mains en rond en se tournant dos à dos.

Moulinets Louis XIV

Cinq dames se donnent la main droite à main droite, à hauteur d'épaule, et tendent leur robe de la main gauche. Elles posent le

pied droit croisé devant le gauche, en regardant à gauche, en maintenant le corps plié à droite. Puis elles placent le pied droit à droite, croisent le gauche devant, en gardant les mains liées et maintenant le corps incliné à gauche. Répéter ce mouvement plusieurs fois et en faire autant avec les mains gauches.



14^{me} LEÇON

Saluts et Révérences

Nous passons ici en revue les saluts et révérences, dans toutes les circonstances de la vie, et pendant les danses : Les 4 saluts des messieurs se font : 1° Par un pas à droite, en dégageant le pied droit. Ramener le talon gauche près du droit, les pointes ouvertes ; incliner la tête en pliant le cou et en baissant un peu les épaules, les mains pendant au-dessus des genoux sans raideur. On se redresse ensuite ; on fait le même salut du pied gauche et on le répète en arrière des deux pieds. (Il demande 4 temps ou mouvements).

Révérences des dames et jeunes filles. — La première se fait en glissant le pied droit plié en arrière et en allant un peu sur le côté gauche ; la jambe gauche est tendue, le buste un peu courbé en avant, les yeux fixent le sol, la robe est légèrement tendue des deux mains. Ramener ensuite le talon gauche au droit, en se redressant. 2° On exécute la même révérence en commençant

du pied gauche. 3° Répéter du droit en arrière, en décrivant un rond de jambe et en exagérant le plié et l'inclination du buste.

Les deux saluts des bébés

1° Glisser le pied droit de côté, porter la pointe gauche croisée derrière le droit, en pliant les genoux. Glisser le pied gauche à gauche, et ramener le talon droit au talon gauche. 2° On exécute le même salut en commençant du pied gauche.

(En 5 temps).



15^{me} LEÇON

Grands Saluts dans les Menuets, Pavaues, Gavottes, etc., pour Cavaliers

Décrire un cercle, en glissant fortement le pied droit en arrière, en pliant le genou ; s'incliner profondément, le pied gauche ouvert, la jambe tendue, puis ramener le talon droit auprès du gauche. Si l'on danse en chapeau de l'époque, le tenir de la main droite, en le plaçant sur la poitrine. Les dames en font autant à l'égard de leur éventail.

Grande Révérence des Dames

Cette révérence est du même genre que la précédente. Pendant son exécution, on s'évente de la main droite, puis on place l'éventail ouvert sur la poitrine, et l'on tient sa robe de la main gauche.

16^{me} LEÇON

Saluts dans la Marche

Dans les promenades au bal ou dans un salon de tous genres, les dames et cavaliers se saluent d'une légère inclinaison de tête, sans interrompre la promenade.

Saluts dans les présentations, etc.

Lorsqu'un monsieur doit saluer une dame, en n'importe quelle occasion, il lui suffit d'effectuer un pas à droite, à gauche ou en arrière, de façon à s'effacer devant la dame tout en continuant à lui faire face. C'est alors qu'il la salue. La dame répond par une révérence. On agira de même dans toutes les politesses d'usage, en arborant une douce et souriante figure, avant l'inclinaison de tête et de corps.

Cela est du plus charmant effet. Il est de mauvais goût de regarder, pendant qu'on s'incline devant elle, la personne à qui s'adresse le salut. N'oublions pas que la meilleure et la plus respectueuse expression de déférence réside dans l'attitude humble pendant l'inclinaison et la soumission du regard dirigé vers le sol,

17^{me} LEÇON

Promenade en se donnant la main dans la danse

On exécute d'abord la promenade sans musique, ensuite en mesure et en musique. Le cavalier donne la main droite à la main gauche de la danseuse. Ils se dirigent sur la droite en marchant sur la trace d'un cercle. Ils répètent ensuite dans l'autre direction et recommencent ces deux promenades, le cavalier en offrant le bras droit à sa danseuse.

Demi promenade

Exécuter les mêmes mouvements que ci-dessus, jusqu'à mi chemin, puis revenir sur ses pas, ou décrire une demi chaîne anglaise pour revenir en place. Voir plus loin chaîne anglaise.

Principales Figures et Mouvements

existant dans tous les quadrilles et contredanses en usage, et qui servent, en même

temps, aux exercices de promenade seul, par couples, groupes, en lignes, en employant des attitudes et jeux callisthéniques.

Ces exercices sont d'une grande utilité pour parfaire la tenue et le maintien de chaque élève.



18^{me} LEÇON

Avant un, deux, trois, quatre, six et huit

L'avant un ou solo se fait dans la 4^{me} figure de la contredanse française (Quadrille à 2 couples actuel). Le cavalier va seul en avant et en arrière, ou se livre à des pas chorégraphiques comiques; c'est ce qu'on appelle le chahut ou cancan. Dans les bals publics, la dame remplace aujourd'hui le cavalier; elle se livre au cancan dans le voluptueux étalage de ses jupes qui *froufroutent* autour de ses jambes, en exécutant des pas de toutes sortes de jambes en aériennes, grands écarts, etc.

Les avant deux se font par un cavalier et une dame face à face, à huit petits pas de distance. Ils font 3 pas en avant, saluent en réunissant les pieds, puis 3 pas en arrière. Ces mêmes principes sont également employés pour les avants ci-dessous.

L'avant trois est exécuté par un cavalier et deux dames se tenant par la main.

L'avant quatre par deux couples se faisant vis-à-vis.

L'avant six par deux groupes de 3, composés d'un cavalier placé entre deux dames.

L'avant huit par 4 couples placés sur deux rangs et se tenant la main (ou 4 dames sur un rang et 4 messieurs sur un autre).



19^{me} LEÇON

Les Tours et Demi-tour de Mains

Le cavalier plaçant sa main gauche à la hanche, et la dame, avec la main gauche à la robe, se donnent la main droite à main droite en levant leur bras droit. Ils marchent tous deux sur un cercle, tracé ou supposé par terre, l'un derrière l'autre, en partant du pied gauche, la tête et le corps droits. Répéter tout cela de la main gauche, en partant du pied droit. Recommencer ensuite des deux mains. Les demi-tours de mains s'exécutent de même en ne parcourant que la moitié d'un cercle (2^{me} figure des Variétés).



20 à 22^{me} LEÇON

Balancés différents

Voici le vrai babancé : Glisser le pied droit de côté en y rejettant le poids du corps. Ramener la pointe gauche au talon droit, répéter du pied gauche sur le côté gauche. Le balancé de la première figure des lanciers à la mode se fait aujourd'hui par un salut et un tour de main droite à main droite, avec la dame de gauche. Autrefois, on faisait 4 pas à droite et à gauche suivis d'un tour des deux mains.

Balancé de quadrille français : On se donne main droite à main droite, en chaîne sur un rang. On pose un pied à terre de côté, on soulève l'autre croisé devant et on répète de l'autre pied,

Traversé

Un cavalier et une dame étant en face l'un de l'autre, changent exactement de place, en se frôlant, épaule droite contre épaule droite, ce qui constitue un demi-traversé. Répéter ce mouvement pour revenir en place et pour compléter le traversé.

Chaîne Anglaise

Deux couples, en face l'un de l'autre, changent de place. Les deux dames passent au milieu et les cavaliers en dehors. Arrivés à la place des vis-à-vis, ils font un demi tour sur eux-mêmes. Ce mouvement place les dames où étaient les cavaliers, et les cavaliers où étaient les dames. Cela constitue une demi-chaîne anglaise. Répéter le mouvement pour revenir en place. Au cours de ce mouvement, la dame n°1 change de place avec le cavalier vis-à-vis n° 2 et le cavalier n° 1 avec la dame n° 2.

Chaîne des Dames

Deux couples sont face à face. Les deux dames se donnent la main droite au centre et vont faire un tour de main gauche à main gauche avec le cavalier vis-à-vis. Jusqu'ici, une seule demi-chaîne a été exécutée. Pour la compléter, les deux dames se redonnent la main droite et vont exécuter un tour de main gauche avec leur danseur.

Pendant ces tours de mains gauches, les messieurs peuvent mettre leur main droite

à la taille de leur dame pour les faire tourner avec plus d'activité.

Chaîne à soufflet et Boulangère

Tous les couples, se donnant les mains en rond, vont en avant et en arrière (5^{me} figure du quadrille américain, la boulangère). Voici une autre manière pour cotillon :

Tous les cavaliers dos à dos se donnent les mains en rond, les dames se tenant en face d'eux, à deux mètres de distance, et se donnant les mains également en rond. Ces deux ronds vont en avant et en arrière.

BOULANGÈRE : Tous les couples se donnent les mains en rond, vont en avant et en arrière, chaque cavalier enlace la dame de gauche avec le bras droit et lui prend la main gauche avec sa main gauche ; dans cette position, il lui fait faire plusieurs tours à gauche et la laisse ensuite à sa droite.

Répéter ces 2 mouvements jusqu'à ce que l'on retrouve sa propre danseuse.

Grande chaîne plate

C'est la 5^{me} figure des Lanciers : Les messieurs marchent sur le tracé d'un cercle

complet en se dirigeant à droite, et en donnant main droite à main droite à leur dame et non main gauche à main gauche, comme cela se fait quelquefois par erreur. Les dames en font autant sur leur gauche. Lorsque dames et cavaliers, partis sur deux cercles, dans des directions opposées se rencontrent, ils se donnent la main gauche, à la première rencontre, et la main droite à la deuxième, etc. Arrivés à la rencontre de leurs dames, ils saluent et répètent pour achever la chaîne et revenir à leur place.



23^{me} LEÇON

Ciseaux de la 1^{re} figure des Variétés

Deux couples, placés vis-à-vis, changent exactement de place, en passant, dames, épaule gauche à épaule gauche. Les messieurs font de même en passant épaule droite à épaule droite. Répéter le mouvement pour revenir en place. On trouve aussi les ciseaux dans la 4^e figure des Lanciers fantaisistes des bals de société, en remplacement de la chaîne des dames.

Chassé-Croisé de la 2^e, 4^e et 5^e figures des Lanciers

Ce chassé-croisé s'effectue lorsqu'un danseur et une danseuse sont en face l'un de l'autre. Ils marchent ou galopent 4 pas sur le côté droit, puis sur le côté gauche (2^e figure des Lanciers). On trouve dans le vieux style de la 4^e figure des Lanciers, au lieu et place du moulinet moderne, un chassé-croisé exécuté par deux groupes de couples placés en face les uns des autres.

Les deux dames galopent 4 petits pas à gauche, en passant devant leurs danseurs ; ceux-ci galopent 4 petits pas à droite, en passant derrière elles. Répéter le même mouvement pour revenir au point de départ, les dames en galopant à droite, les messieurs à gauche. Ce chassé-croisé, quoique démodé dans les Lanciers, se trouve encore dans quelques danses anciennes.

Le chassé-croisé, sur deux lignes de 4 personnes, une de dames, l'autre de messieurs, se trouve à la 5^e figure des Lanciers. Ces deux lignes changent de place, les messieurs en galopant à droite, les dames à gauche. Celles-ci passent devant leurs danseurs, ensuite les dames galopent à droite, les messieurs à gauche pour revenir à leur place.



24^me LEÇON

Chassé - Ouvert

Le chassé-ouvert se fait à la 2^e figure des Lanciers, lorsque les couples 3 et 4 se séparent, pour former deux lignes parallèles. On en fait autant à la 5^e figure, quand les couples se séparent pour se placer, les 4 dames l'une derrière l'autre et les cavaliers pareillement.

Le chassé-ouvert peut se faire par un seul couple qui s'ouvre, en se séparant l'un de l'autre.

Moulinets à 3, 4, 5, 6, 8, etc.

Les dames et cavaliers se donnent main droite à main droite au centre, et marchent tous ensemble sur un cercle, en allant vers la gauche et en tournant à droite. On en fait autant de la main gauche.

On fait exécuter à volonté ces moulinets par des dames seules, des messieurs seuls ou dames et messieurs ensemble.

Moulinets doubles

Ces moulinets ressemblent à ceux de 4 personnes : Les 4 messieurs se donnent la main gauche au centre, et donnent leur droite à la main gauche des dames. Dans cette position, il marchent sur un grand cercle (3^e figure du quadrille Giraudet, 5^e figure des Lanciers-Valsés).



25^me LEÇON

Corbeille simple et double (2^e figure du quadrille américain)

4 dames se donnent les mains en rond. 4 messieurs en font autant par dessus les bras des dames. Tous galopent à gauche. Les 4 cavaliers lèvent les bras ; les dames passent dessous, en se quittant les mains, et se placent dos à dos. Les cavaliers ayant toujours les mains en rond galopent à gauche. Ils se quittent les mains et exécutent un tour des deux mains avec leur dame, pour regagner leur place. Répéter une 2^e et 3^e fois, en intervertissant les rôles.

Pour la corbeille double, les 4 dames se donnent les mains en rond, les messieurs de même devant les dames, tous galopent sur la gauche.

Les messieurs lèvent les mains, les dames passent la tête sous les bras, les dames lèvent ensuite les mains, les messieurs passent la tête dessous les bras des dames. Nouveau galop, mais à droite. Les dames lèvent les mains et les placent devant les messieurs ; les messieurs placent les leurs

devant les dames. Nouveau galop à gauche. Il existe encore une autre double corbeille à la 5^e du quadrille croisé. Les dames se donnent les mains en rond, les messieurs les mains en rond derrière les dames, galop des messieurs seuls, puis ils passent la tête sous les bras des dames et continuent comme ci-dessus.

Les Chevaux de Bois

(3^e FIGURE DU QUADRILLE AMÉRICAIN)

Cette figure s'effectue en pas marchés, ou en galopant droit sur le tracé d'un cercle. 4 messieurs se donnent la main gauche au centre : ils enlacent leur dame du bras droit. Tous marchent ou galopent sur le tracé d'un cercle, en quittant leur dame, pour enlacer celle qui est devant eux, jusqu'à ce qu'ils retrouvent la leur. A ce moment, ils se quittent la main gauche, sans abandonner leur propre dame. Les 4 dames se donnent la main droite, et les cavaliers changent de dame, en enlaçant celle qui est derrière. Dès qu'ils rencontrent de nouveau la leur, ils recommencent la 1^{re} reprise, comme précédemment.

26^{me} LEÇON

Grand Rond par 4 couples

Tous se donnent les mains en formant un grand rond. Les messieurs tiennent les mains des dames en forme de cerceau. Dans cette position, ils galopent ou marchent à gauche ou à droite.

Les Petits Ronds

Ces ronds sont exécutés par couples, dont chaque cavalier fait un tour des deux mains avec sa dame, et ensuite avec toutes les dames, si l'on veut répéter la figure. (Fig. du Polo).

Les Ronds contrariés

(2^e FIGURE DU QUADRILLE GIRAUDET)

Quatre couples sont disposés comme dans un quadrille. Le cavalier n° 1 avec la dame n° 2 se donnent la main gauche. Le cavalier place sa main droite à la taille de sa dame et tourne à gauche avec elle 3 ou 4 tours. Pendant ce temps, les 3 autres couples se donnent les mains en rond et galopent vers la gauche.

27^{me} LEÇON

Les Petits Ponts

(2^e FIGURE DU QUADRILLE CROISÉ)

Les couples 1 et 2 sont placés vis-à-vis l'un de l'autre. Les couples 3 et 4 pareillement. Chaque cavalier donne la main droite à la main gauche de sa dame. Le couple n° 1 lève les mains, le n° 2 passe dessous. Les deux couples changent de place en exécutant ce mouvement. La dame n° 1 a pris la place du cavalier n° 2, et la dame n° 2 celle du cavalier n° 1. De leurs côtés, les 2 cavaliers ont respectivement pris la place des deux dames. Les couples 3 et 4 répètent ce qui précède. Chaque cavalier prend, de la main gauche, la main droite de sa dame et tous recommencent la figure ; celle-ci est précédée d'un avant-quatre dans le quadrille croisé.

Les Ponts

(4^e FIGURE DU QUADRILLE GIRAUDET)

Quatre couples placés sur deux lignes et se faisant face, changent de place ; une ligne

lève les bras, en se tenant par les mains ; l'autre s'abandonne les mains et passe sous les bras levés. Le couple du milieu passe sous le pont central, les deux autres personnes passent chacune sous le pont des côtés. Répéter la figure en intervertissant les rôles pour revenir en place.

Les Grands Ponts

(4^e FIGURE DU QUADRILLE GIRAUDET)

Cette figure sera placée, avec succès, parmi celles du cotillon. Les 4 couples se donnent les mains en rond. Le couple n° 2 lève les bras ; le n° 1 passe dessous, suivi des autres couples. Le cavalier n° 1 quitte la main de sa dame, en tournant à gauche, la dame à droite. Le couple n° 2 passe également sous ses propres bras levés, puis se quitte les mains pour former deux lignes parallèles.



28^{m^e} LEÇON

Tourniquet

(1^{re} FIGURE DU QUADRILLE GIRAUDET)

Quatre dames se donnent la main droite en formant une étoile dont les mains droites sont le centre. Elles parcourent deux tours complets, en marchant vers la gauche. Pendant ce temps, les 4 messieurs marchent sur le tracé d'un grand cercle en se dirigeant à droite.

Le Prisonnier

Un cavalier se place au milieu d'un quadrille ; les 4 dames se donnent les mains en rond autour de lui. Pour empêcher le cavalier de sortir, malgré les ruses qu'il déploie pour cela, les dames haussent et baissent leurs bras (3^e figure des Variétés).

Rosace de la 5^e figure des Variétés

Quatre dames se donnent la main gauche, et tiennent, de la main droite, la main droite des cavaliers. Elles se dirigent vers

la droite en quittant la main de leur danseur, pour prendre celle du danseur placé devant elles, et ainsi de suite avec tous les danseurs deux fois. Pendant ce temps, les cavaliers marchent vers la gauche, en donnant successivement la main à toutes les dames. Cette figure peut s'exécuter de l'autre main. Elle peut se faire aussi en intervertissant les rôles.

Le Pot de Fleurs

On appelle pot de fleurs un groupe de dames placées dos à dos, au centre de la salle. Cela imite, on en conviendra, une resplendissante gerbe de fleurs. Les messieurs se donnent les mains en rond autour d'elles. Conformément à l'usage, cet entourage figure le pot.



29^{me} LEÇON

Pas tourné pour Quadrilles

et Boulangères

Le cavalier donne la main gauche à la main gauche d'une dame. Il place sa main droite à la taille de sa danseuse, puis la fait tourner à gauche, en pivotant 4 fois par tour, sur la pointe droite, pendant que la gauche décrit un grand cercle en 4 fois.

Théorie des deux mouvements

La pointe gauche décrit un quart de cercle en arrière ; pivoter ensuite sur la pointe droite 1/4 de tour à gauche, en soulevant le talon droit, puis en le laissant retomber à terre. Répéter encore 3 fois ces deux mouvements. La dame exécute les mêmes pas en avant et de l'autre pied, en faisant face à son danseur.

Galop pour Rond, Corbeille

Farandole et Danse

Glisser sur le pied gauche de côté. Ramener le pied droit au talon gauche, en glissant vivement le gauche de côté (chassé). Répéter ce chassé autant de fois que le demande la figure ou la danse. On recommence de l'autre pied.

Farandole

Tous les cavaliers et toutes les dames de tous les quadrilles se tiennent par les mains. Le conducteur, suivi de la chaîne, galope, en serpentinant autour des chaises, colonnes, portes et meubles; en l'absence de colonnes on placera des messieurs sur des points désignés de la salle, où ils figureront des buts fixes autour desquels la chaîne viendra s'enrouler.



30^{me} LEÇON

Mouvements des bras

Pour souligner le cachet des couples dansant le Boston américain, le Two-Step, etc., il est de toute nécessité d'exécuter de légers mouvements de bras comme suit : Pour le Boston américain, les bras étant latéraux, c'est-à-dire à hauteur des épaules, on les baisse, on les lève, puis on les ramène au point de départ (une mesure égale à un pas de Boston américain).

Pour le Boston à deux temps (Two-Step), même position des bras, on les élève et on les baisse; l'on recommence ces deux mouvements, alternativement pendant une mesure égale à un pas de Two-Step. Les mains parcourent, pendant ces 4 mouvements de bras, une sorte de M, lequel est très raccourci en dansant avec une dame.



CHAPITRE III

31^{ME} A 40^{ME} LEÇON

SOMMAIRE :

Entrée et sortie des salons. — Comment on se débarrasse de ses effets. — Entrée en scène. — Poignée de main ; baise-main. — Les gants. — Usage du mouchoir. — Présentation de la main et du bras. — Les quatre invitations à la danse. — Invitation avec carnet. — Abolition des présentations. — Avant, pendant et après la danse. — Doit-on offrir un rafraîchissement aux dames ? — Rôle d'une jeune fille. — Aux mères. — Conduite des messieurs. — Invitations, organisation d'une soirée, et Invités. — Conclusion.



31^{ME} LEÇON

Entrée et sortie des Cours

Salons, Soirées et Bals. Entrée en scène

Une tenue irréprochable est de rigueur, pour entrer dans un salon quelconque, cours, soirée ou bal. Après s'être débarrassé des vêtements inutiles au vestiaire ou dans le vestibule, on entre au salon en faisant un salut général à droite et à gauche, puis on va présenter ses respects aux professeurs, aux maîtres de maison ou aux personnes qui vous ont invité, à moins que les amphitrions soient à l'entrée. Dans ce cas, c'est à eux que s'adressent les premières salutations. On fait ensuite un tour de salon, pour présenter ses hommages aux dames de connaissance, et saluer ou serrer la main aux camarades, aux amis et aux personnes déjà rencontrées. La sortie s'effectuera aussi, avec accompagnement de saluts à toutes les personnes connues et des compliments de reconnaissance aux personnes qui vous ont reçu.

Si l'on va en visite, on entre au salon, les dames avec leur ombrelle et ayant laissé leur cache-poussière au vestibule ; les messieurs avec leur canne, parapluie ou chapeau dans la main gauche. Lorsqu'ils sont mouillés, les parapluies se déposent en entrant.

Entrée en scène avec une Dame

Un monsieur offre le bras droit à la dame qui le lui prend avec son bras gauche ; suivant le protocole moderne, le monsieur la présente par la main au public ; ils saluent tous les deux le public et le monsieur se retire après l'avoir saluée.



32^{me} LEÇON

Hommages aux Dames

Un monsieur doit s'incliner devant une dame en disant : « Madame, permettez-moi de vous présenter mes respectueux hommages ». La dame tend la main, si elle le juge nécessaire, et demande à son interlocuteur des nouvelles de sa famille, de ses affaires, et de tout ce qui peut l'intéresser.

Si l'on est dans la rue, le chapeau doit être tenu dans la main gauche, à moins que la dame vous invite à vous couvrir.

Poignée de main et baise-main

Voici, à cet égard, quelques intéressants extraits du protocole mondain : Un monsieur ne doit jamais tendre, le premier, la main à une dame, à moins qu'il ne soit titré ou d'un grand âge.

Les professeurs de tous genres offrent la main aux élèves des deux sexes, qui suivent assidûment leurs cours et leçons, en entrant et en sortant.

Cette marque de respectueux dévouement a été classée dans les programmes des leçons d'éducation des grandes institutions.

La poignée de main doit s'effectuer sans gant, de main droite à main droite, à hauteur de ceinture. Dans la haute société et au théâtre, le baise-main est d'usage :

La dame présente la main droite, le monsieur la lui prend avec sa main droite, il la porte aux lèvres en pliant le corps et en glissant le pied droit en arrière.



33^{me} LEÇON

Les Gants

Voici l'usage des gants dans toutes les circonstances de la vie. Une dame se dégante pour signer un acte, prêter serment et pour s'apprêter à dîner, dès qu'elle est assise à table.

Un monsieur agit pareillement et dégante sa main droite pour serrer la main, lorsqu'il va en visite, mais il remettra son gant aussitôt toutes les poignées de main données. Dans la rue, où la poignée de main est inopinée, on tolère les gants.

On emploie les gants blancs lorsqu'on se marie, ou que l'on assiste à une cérémonie officielle. Les gants seront blancs, crème ou mastic, pour les garçons, demoiselles d'honneur et invités. Dans les autres circonstances, adoptez les nuances qui s'harmonisent le mieux avec les vêtements, la saison et la mode. Pour les bals et soirées, choisissez des gants blancs, crème ou mastic.

Le Mouchoir

Lorsqu'on a chaud, on s'éponge avec le mouchoir, on ne s'essuie pas. On éternue, on crache et on s'y mouche avec discrétion, en tournant le dos aux personnes avec qui l'on se trouve. Les mouchoirs se mettent dans une poche réservée à cet effet et jamais en contact avec les mains ou quoi que ce soit.

Pendant une promenade dans un salon, on peut avoir un 2^{me} mouchoir de soie en main, à titre de contenance. On le tient de la main gauche. On le place dans une poche ou dans sa manchette pour danser. La dame le met dans son corsage, à la ceintures, dans une manche ou dans ses gants, à la condition que cela ne produira pas d'effet disgracieux.

Présentation de la main et du bras

La présentation de la main et du bras remplit un grand rôle dans le mariage et à la cinquième figure des Lanciers. Le protocole mondain officiel ordonne que la main

droite et le bras droit soient offerts aux dames pour la danse, et pour commencer la cinquième figure des Lanciers. En donnant le bras droit, la dame occupe la meilleure place. Elle est en dehors et ne perd rien des témoignages admiratifs que peut provoquer sa toilette. Elle soulève sa robe de la main droite, ou elle s'évente. Il est plus poli d'offrir la main droite à sa propre danseuse, pour attaquer n'importe quelle figure du quadrille. Toutes les danses et figures se font en offrant la main droite à la dame. Pourquoi déroger dans la cinquième figure des Lanciers ? Ceux qui commencent une danse ou une figure de quadrille, cotillon, menuet, pavane, gavotte, avec la main gauche sont à côté des principes élémentaires. Ils méconnaissent les usages et coutumes de déférence dus aux dames. Il en est de même de la présentation de la main comme d'une poignée de main ; C'est toujours la main droite qui doit marcher. C'est elle qui est la plus gracieuse et la plus qualifiée pour se faire l'interprète de nos politesses. Vous conviendrez que la main gauche produirait un triste effet; elle est

trop maladroite pour qu'on lui réserve les honneurs de la poignée de main et de l'exécution de l'entrée en danse.

Le bras gauche est réservé aux fiancés, mariés et pour passer du salon à la salle à manger. Le bras droit et la main droite sont réservés à la danse.



34^{me} & 35^{me} LEÇONS

Les quatre manières d'inviter une dame à la danse

Voici comment doivent se conduire les messieurs: 1^o Il y a d'abord l'invitation muette qui est très à la mode. Le danseur vient saluer la jeune fille avec qui il désire danser, et lui offre la main droite, puis le bras droit.

2^o Invitation verbale: Même salutation que ci-dessus, puis il dit: « Mademoiselle veut-elle me faire l'honneur de ce boston? ou veut-elle m'honorer de cette danse? »

3^o Invitation par présentation: Les professeurs, organisateurs, les maitres et maitresses de maison, les commissaires, les danseurs et les amis présentent les jeunes gens aux jeunes filles en leur disant: « Mademoiselle ou mademoiselle X... (si l'on connaît le nom), je vous présente M. X..., un ami de la maison, ou un camarade, ou un de nos fidèles invités, ou simplement M. X... » Le jeune homme s'incline et demande à la jeune fille si elle veut bien

lui accorder cette danse. La jeune fille prend son bras, ou lui tend son carnet de bal.

4° Invitation avec le carnet de bal: Après avoir salué la danseuse que l'on désire inviter, on lui dit: « Mademoiselle veut-elle me permettre de m'inscrire pour une danse? » Il inscrit, aussitôt qu'on lui a répondu par l'affirmative, son nom ou ses initiales en regard de la danse n° 7, qui est un boston, ou de tout autre danse; il restitue aimablement le carnet, salue et se retire. Il opère de la même façon avec toutes les dames avec qui il désire danser. Aussitôt que l'orchestre prélude aux premières mesures des danses, le cavalier va saluer la dame avec laquelle il est convenu qu'il va danser, il lui présente la main droite, puis offre le bras droit et la conduit au milieu du salon, où commence la danse.

Abolition des présentations pour danser avec une dame

J'engage à voir le compte-rendu du Congrès de Paris, sur cette importante question.

Les maîtres de danse et de bon ton ont voté à l'unanimité l'abolition de cet usage contraire au bon ton. (Voir l'approbation dans la collection Giraudet, des 185 plus grands journaux du monde, qui ont écrit des articles favorables à cette réforme).

« Le président du Congrès d'accord avec le Comité, a l'honneur de vous demander, sur la proposition de M. Giraudet, délégué français, l'abolition d'une coutume surannée, nuisible au développement de la danse.

Je veux parler des présentations au bal, pour danser, aussi fastidieuses qu'inutiles.

Se croire tenu de se faire présenter pour la danse aux dames et jeunes filles, lorsqu'on se trouve en bonne compagnie, soit dans les salons privés, dans les grands bals et soirées des grandes écoles et institutions, c'est suspecter l'honorabilité des invités.

D'après le protocole, les présentations préluant à une valse sont contraires au bon ton; elles ne donnent pas plus de qualités qu'elles n'en enlèvent.

Il faut bien se dire que chacun vient au

bal pour danser, et que, affranchir les dames de cette formalité, c'est augmenter pour elles les chances de ne pas faire tapisserie.

De nombreuses danseuses qui restent trop souvent clouées sur les banquettes réclament contre les présentations.

Elles ont raison, car il est douloureux de voir qu'à cause d'elles, dans nos grands bals, la moitié des jeunes filles regardent danser les autres.

Cette motion de bon sens a été adoptée à l'unanimité, par le Congrès qui, la discutant à fond, met en relief les judicieuses observations suivantes :

Souvent les jeunes gens ne dansent pas à cause de la formalité de la présentation.

Ils préfèrent s'abstenir que de fouiller plusieurs fois les salons avant chaque danse, pour découvrir l'ami ou un commissaire connaissant Mlle X..., à qui ils désirent demander un boston.

Cette démarche qui ne rime à rien et ne donne aucune sanction à des relations souvent sans lendemain, est donc supprimée à la satisfaction de tous.

Je demande au Congrès qu'il donne son appui par un vote d'acceptation de la décision du Comité.

Grâce à cette réforme, on dansera maintenant en pleine liberté, pour la plus grande joie des jeunes gens et des jeunes filles.

Les dames qui désireraient des présentations pour leurs filles, ne se croyant pas en assez bonne société, feront bien de rester chez elles. »



36 & 37^me LEÇON

Avant, pendant et après la danse

Je tiens à préciser ici les rôles respectifs du danseur, de la danseuse et de la mère. Voici ce qui doit se passer avant la danse :

1° AVANT LA DANSE.

Le cavalier vient directement devant une jeune fille, lui fait un salut et lui offre la main droite pour l'aider à se lever ; la danseuse salue de la tête, lui quitte la main pour prendre, de son bras gauche, le bras droit de son danseur, ou celui-ci lui offre simplement le bras droit, si elle se lève.

Si après le salut (invitation muette) la jeune fille ne comprend pas, le cavalier emploiera l'invitation verbale : « Mademoiselle veut-elle me faire l'honneur de cette valse ? » S'il y a carnet de bal, on dira : « Mademoiselle veut-elle me permettre de m'inscrire pour un boston ? » Si la jeune fille refuse, par suite de fatigue, elle devra dire gracieusement et poliment : « Merci, Monsieur, je suis fatiguée. » Dans ce cas, le

danseur fait un pas en arrière, salue et se retire.

Si le carnet est complet, elle en informera les messieurs qui lui feront l'honneur de l'inviter.

Le cavalier qui a une danseuse à son bras, avant de l'enlacer, pour commencer la danse, doit la saluer par un pas en arrière en lui faisant face, puis l'enlace et danse selon son talent.

La dame répond par une révérence.

Il convient de dire ici quelques mots du jeu et du rôle de l'éventail.

Avant de danser, les dames s'en servent élégamment de la main droite et le tiennent dans la main gauche pendant la danse, à moins que la mode ne donne une cordelière pour le suspendre à la ceinture. Aujourd'hui, beaucoup de danseuses le laissent sur leur chaise, près de leur mère, marquant leur place.

2° PENDANT LA DANSE.

Voici, maintenant, la conduite à tenir pendant la danse :

Pendant les évolutions de la danse, le

jeu des bras et des épaules doit être très doucement fait par les danseurs.

Ils doivent aussi éviter les bousculades, en cherchant les endroits libres ; ils alterneront pendant une valse avec le boston et ensuite offriront le bras droit à leur danseuse pour se promener. Le protocole veut qu'une promenade alterne avec la danse, ce qui reconforte contre le vertige et calme les nerfs.

Reprendre la danse à discrétion, sans précéder la reprise d'un salut.

DOIT-ON OFFRIR UN RAFRAICHISSEMENT AUX DAMES DANS LES BALS PAYANTS ET RÉSERVÉS ?

Dans tous les bals payants, les danseuses ne doivent jamais accepter de se laisser conduire au buffet par leur danseur, à moins d'y avoir été autorisées par les parents.

Dans tous les bals réservés, bals de famille ou bals privés, les messieurs peuvent conduire leur danseuse au buffet : faire autrement serait suspecter les invités des organisateurs.

En cas d'indisposition, etc., pendant la danse, les danseuses doivent se faire reconduire aussitôt à leur place près de leur mère, et le danseur doit se mettre à la disposition de la maman pour aider ou faire les démarches que nécessite la circonstance.

La mère dispose de l'offre ou remercie le danseur.

3° APRÈS LA DANSE.

Le danseur offre son bras droit à sa danseuse et la reconduit à sa place. Il fait un pas ou deux en arrière, la salue, salue également la maman et se retire de suite.

La danseuse fait une révérence à son danseur, la mère salue d'un signe de tête.

Les jeunes filles doivent toujours, après la danse, rendre compte à leur mère de la conversation et des réflexions de leur danseur. Les mères, par le compte-rendu, jugeront du parfait danseur bien élevé ou le contraire, et décideront si elles doivent laisser danser encore une fois leur fille avec le même danseur.

38^me LEÇON

Conduite d'une jeune fille qu'on invite à danser

Si elle a un carnet de bal, il est de mauvais goût pour une jeune fille de choisir son danseur et de l'inscrire elle-même sur son carnet de bal pour une danse ou deux.

C'est aux messieurs, à qui les dames doivent offrir leur carnet, de choisir leurs danses en mettant leur nom ou initiale en regard. Les danseurs invitent, il est juste qu'ils aient le choix des danses ; agir autrement serait leur laisser croire que les belles danses sont réservées aux préférés.

Il est tout aussi inconvenant de refuser l'inscription d'un cavalier pour accepter celle d'un autre.

En présence de l'invitation muette, la jeune fille salue de la tête ; elle se lève ensuite, accepte le bras droit de l'inviteur. Si elle désire ne pas danser, elle répondra au danseur : « Merci beaucoup, monsieur, je suis fatiguée, ou je ne danse pas cette

danse ; ou je ne connais pas cette danse ; ou, suivant le cas, je suis invitée. »

Devant l'invitation verbale, on agira de même que ci-dessus.

Devant celle par présentation après le salut d'usage, la jeune fille tend son carnet, ou elle accepte le bras que lui offre le jeune homme qu'on lui présente.

Devant l'invitation avec carnet de bal, elle présente son carnet à tous les danseurs qui s'adressent à elle, en se levant. Elle se rassied pendant qu'ils s'inscrivent. Il faut avoir soin de rayer les danses que l'on ne veut pas danser.

Recommandations aux mères ou aux personnes qui les représentent

Les mamans doivent faire la plus grande attention aux danseurs qui invitent trop souvent leur fille ; s'ils insistent pour chaque danse, elles devront en faire l'observation au jeune homme, seul moyen de ne pas faire remarquer leur fille.

On ne doit pas s'inscrire pour plus de 4 danses.

Pour ne pas ternir la réputation des jeunes filles, les mères éviteront avec soin les danseurs qui s'inscrivent pour plus de 4 danses, sur leur carnet. Le protocole permet de danser deux danses dans chaque partie du programme d'une soirée ou bal de nuit.

Il en est de même pour les dames mariées ou veuves, qui devront jouer les deux rôles ci-dessus.



39^{me} LEÇON

La conduite des messieurs au bal

On ne doit pas avoir de danseuse préférée, à moins d'être fiancés, ou assez adroit pour que personne ne puisse critiquer vos préférences. Il est de règle qu'un jeune homme bien élevé doit danser avec toutes les dames.

Dans les invitations pour la danse, les messieurs ne doivent en aucun cas se brûler la politesse, c'est-à-dire faire une course entre eux pour inviter la même jeune fille, c'est contraire aux usages.

Le premier qui se dérange, ou va dans la direction de la dame, a droit d'inviter, celui qui se livrerait à un pas gymnastique pour arriver avant l'autre doit être refusé par la danseuse.

Il est aussi anti-bon-ton de monter la garde auprès des dames avec qui l'on désire danser.

Il arrive souvent que les professeurs ou maîtres de maison invitent en présentant

des danseurs aux dames, dans les soirées ou les jeunes gens n'osent pas inviter eux-mêmes. Le protocole actuel les autorise aussi à présenter des danseuses lorsqu'ils sentent une certaine paresse planer sur le camp des danseurs. C'est le plus efficace moyen de les obliger à danser. Je répète, car c'est là un extrait du protocole mondain, qu'on doit bannir de la bonne société ceux qui affectent de toujours danser avec les mêmes danseurs ou danseuses.



40^{me} LEÇON

Les invitations, organisation d'une soirée

Les invitations à un bal, noce, etc., se font de 8 jours à un mois à l'avance. Les invités doivent toujours répondre s'ils acceptent, et donner un motif sérieux, en cas de refus.

L'organisation d'une soirée est fort simple, si l'on prend soigneusement note de toutes les dispositions utiles, pour que rien ne manque. Les choses indispensables sont: les invitations, les carnets de bal, l'orchestre, les fleurs, les tentures pour l'embellissement de la salle, le vestiaire, une couturière ayant ce qu'il faut pour la prompte réparation des accidents, et, de plus, des mouchoirs, gants, faux cols, etc..., un buffet, les soupers, un groom pour les portières et les courses, des accessoires de cottillon, des domestiques pour tous les services. Il sera bon, aussi, de prévenir une

compagnie de voitures, pour que des véhicules se trouvent en quantité suffisante à la sortie.

Les invités au bal

Les devoirs des invités et danseurs dans les bals de tous genres constituent un point essentiel que ne devront pas négliger les intéressés. Les invités ont pour premier devoir de savoir se rendre utiles dans un bal, en s'occupant des dames et jeunes filles qu'ils connaissent. Pour cela ils veilleront à ce qu'elles ne fassent jamais tapisserie ; ils les feront danser eux-mêmes ou leur présenteront des danseurs amis.

Dans un bal privé on se mettra à la disposition de la maîtresse de maison, pour faire danser plus spécialement les jeunes filles ou dames délaissées.

Un invité qui observe ces recommandations est recherché, mais il le sera encore davantage, s'il a le tact et le bon esprit de faire tout cela de bonne grâce.

CONCLUSION

Je n'ai pas la prétention de croire que, grâce à cet ouvrage, il n'y aura plus de grossiers personnages, et que les gens bien élevés vont, du jour au lendemain, être en grande majorité dans notre société moderne.

Je crois, modestement, avoir fait quelque chose pour atteindre ce but. J'ai tracé un chemin qui y conduira ceux dont la ferme volonté est d'y arriver.

Suivez ces quarante leçons, vous tous qui voulez être corrects, bons et serviables. Elles vous serviront à faire bonne figure partout. Inspirez-vous-en, vous qui avez accepté la délicate mission d'enseigner la bienséance et le bon ton. Mon intention a été de rendre votre tâche plus facile, plus commode et même plus agréable.

Ne vous gênez pas pour me transmettre vos observations, si vous relevez des lacunes ou des erreurs. Je ne suis pas infail-
lible et accepterai tous les bons conseils avec gratitude.

J'ai la conviction que la politesse gagnera, de plus en plus, les générations nouvelles, si l'on veut suivre mes prescriptions et les propager parmi les jeunes gens des deux sexes.

N'obtiendrai-je que ce petit résultat, je n'en serai pas moins heureux d'avoir publié un ouvrage tel que celui-ci. Il indique la bonne voie et se recommande, par conséquent, à tous ceux qui veulent éviter la mauvaise.

E. GIRAUDET.



Journal Officiel de la Danse de l'A. I. D.

SIÈGE : 39, Bd de Strasbourg, PARIS

SOMMAIRE :

1. Lettre ouverte à Pierre Lafitte.
2. Origine et évolutions de la Danse.
3. La danse est un sport et un art.
4. Marchez donc à droite.
5. Ste Catherine (La).
6. Domestiques sont nos maitres (Les)

DANSES NOUVELLES

7. Pas des Aviateurs.
8. Lock-in de l'X (Le).
9. Troïka de Moscou.
10. Créole (La).
11. Few-Step Américain.
12. Quadrille des Aviateurs.
13. Sandwich danse.
14. Tango ou Chaloupée.
15. Marseillaise (La).
16. Gigue Parisienne.
17. Russ-Koff.
18. Boléro-Mondain.

COMÉDIES

19. *Finesses de Landremol (Les)*.
20. *Bourrée des 4 Auvergnats*.
21. *Perruquière*.
22. **RECUEIL** de quelques pensées sur la danse.

LE COMITÉ :

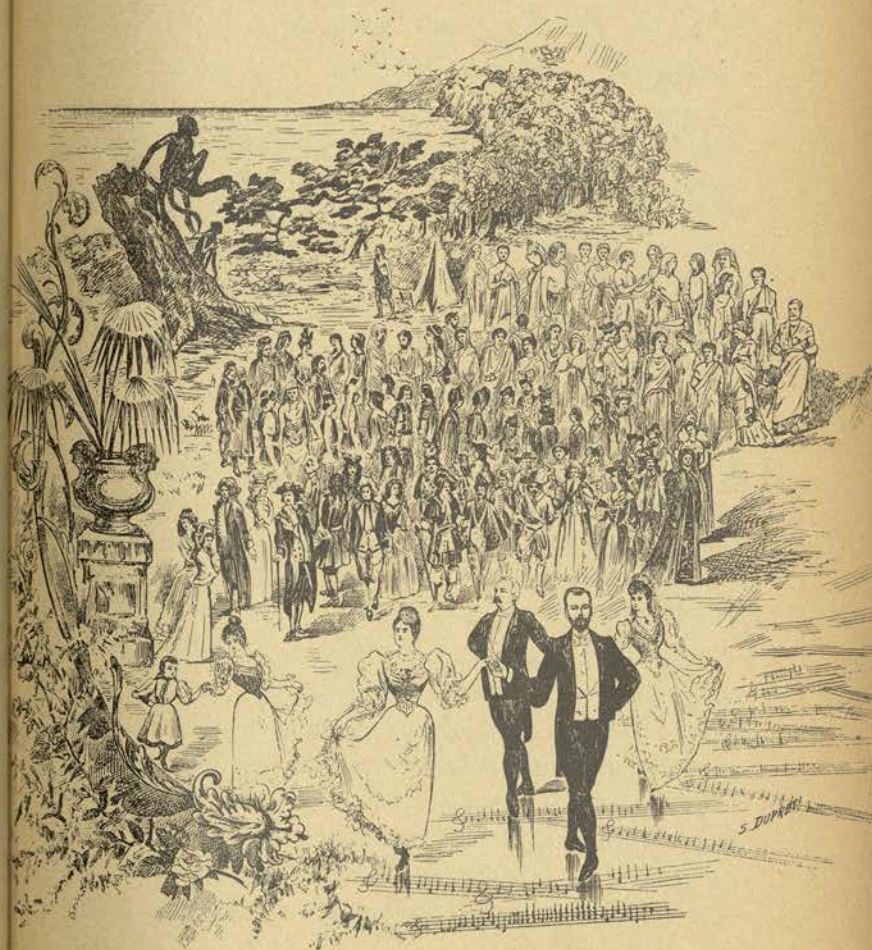
GIRAUDET O. A. ♀.	<i>Président.</i>
LETOURNEL,	<i>Vice-Président.</i>
LAURENCE,	<i>Trésorier.</i>
LE PAGE H.	<i>Secrétaire.</i>
LAGARDE,	<i>Secrétaire-adjoint.</i>

Après les formalités d'usage :

N° 174. M. MASTRANGELO Jacinto, rue Cordoba, n° 1853, Buenos-Ayres, a été reçu Membre de l'A. I. D., sur la présentation de deux sociétaires : Darago et Vignali.

LA DANSE

à travers les siècles



Lettre ouverte à Pierre Lafitte

Paris, 1^{er} Janvier 1911.

A Monsieur Pierre Lafitte,
Directeur d'*Excelsior*.

Mon cher Maître,

Il n'est plus possible de lire un autre journal quant on connaît *Excelsior* !... C'est cet écho de l'opinion publique que je place en tête de l'article que j'ai l'honneur de vous soumettre.

Le dit article intéresserait sûrement nos lecteurs, car *Excelsior* ne possède pas encore de rubrique chorégraphique. C'est du reste parce que la plupart des autres en sont privés que vous devriez la créer dans vos colonnes. Je me mets à votre disposition pour traiter successivement la Danse de Théâtre, de Concert, de Music-Hall, de Salon, de Société, de Bal, ainsi que la Tenue, le Maintien et la Gymnastique-Danse. Il y a là certainement une lacune que vous tiendrez à combler, soit en vous occupant, tous les jours, de questions chorégraphiques, soit en leur réservant une place hebdomadaire.

Vous verrez par l'article ci-joint, que j'ai l'honneur de vous soumettre, en l'accompagnant d'un cliché allégorique synthétisant

l'évolution de la danse, depuis la création du monde jusqu'à nos jours, que je suis tout particulièrement documenté et qualifié pour mener cette tâche à bien.

De plus, j'offre, pour varier l'intérêt, de vous soumettre, en outre, un concours de rébus inédits sur des sujets de danse.

Je puis encore vous composer une danse inédite par semaine ou par mois, en vous en fournissant la théorie, la musique et les dessins.

Il me paraîtrait encore intéressant d'entreprendre une série de biographies sur les principaux artistes, professeurs et maîtres de ballet.

Mettez-moi à l'épreuve et vous verrez que j'ai en mains les documents nécessaires pour mener à bien ces divers travaux.

Inutile d'ajouter que si vous trouvez l'article ci-joint trop long, je consens bien volontiers à ce que vous en fassiez l'usage que vous croirez le mieux conforme à l'intérêt de vos lecteurs.

Veuillez agréer, cher Maître, l'assurance de mon respectueux dévouement.

E. GIRAUDET,
*Maître Chorégraphe,
Président Fondateur de l'Académie
des Maîtres et Professeurs de Danse,
39, Boul. de Strasbourg.*

Origines et Évolutions de la Danse

Il n'est plus possible de lire un autre journal quand on connaît *Excelsior!*
(ECHO de l'opinion publique).

La danse est comme le miroir des mœurs. En suivant son évolution à travers les âges, on assiste au développement de la politesse et des belles manières. Quiconque danse, s'applique à plaire; quiconque veut plaire, est en passe de devenir meilleur. La danse ne se contente donc pas de refléter nos mœurs, on peut encore reconnaître qu'elle contribue à les améliorer, à les polir. Qu'elle soit artistique, populaire ou mondaine, la danse procède de l'impérieux instinct qu'eurent toujours les humains de se livrer à des exercices rythmés.

On peut donc, sans exagération, affirmer qu'elle est aussi vieille que le monde lui-même.

Le premier homme dansa au chant des oiseaux. S'il est vrai, ainsi que l'affirme Darwin, que l'homme descend du singe, c'est celui-ci qui inculqua le goût de la danse à nos ancêtres.

C'est cette pensée qu'a voulu traduire le dessinateur, en représentant un singe gambadant sur un arbre, sous les yeux des premiers humains, sur la porte de leur tente, et toute l'humanité, jusqu'à nos jours, suit cet exemple.

On peut donc proclamer, en règle absolue, que tout danse ici-bas, depuis la modeste teuille qu'agite la brise jusqu'au fringant monarque recherchant, dans un tour de valse, un délassément à ses soucis, en passant par tous les êtres de la création.

Les pas plus ou moins harmonieusement cadencés, les mouvements rythmés ont été, chez les premiers hommes, les premières manifestations dansantes. De perfections en perfections, on arrive à l'art grec, dont les savants principes chorégraphiques nous servent encore d'exemple.

Mais, avant, la danse exerça une grande influence. Si elle fait aujourd'hui tourner bien des têtes, elle en fit tomber une illustre. Je fais allusion à Salomé, fille d'Hérodiade, obtenant du roi, son oncle, qu'elle avait charmé par ses danses, la tête de saint Jean-Baptiste. Une foule de tableaux, de bas-reliefs et de monuments attestent encore la grande place tenue par la danse : à Athènes, où elle figurait dans toutes les cérémonies ; à Rome, où des mimes-danseurs, comme Bathyble et Pylade, furent couverts d'or et portés en triomphe.

Tous les pays ont suivi, jusqu'à l'apogée, l'évolution chorégraphique, dont le succès se répercuta jusque et surtout dans les cours : Le Menuet, la Pavane, la Gavotte, le Passe-Pied, la Sarabande et la Contre-Danse, danses

lentes, remplies de gestes gracieux et aristocratiques, furent le passe-temps favori des rois ; Louis XIV est celui qui protégea le plus ouvertement la danse.

En France, depuis le Roi-Soleil, on peut dire que la Danse a répandu ses bienfaisants rayons sur toutes les classes de la Société. Toutefois, c'est, sans contredit, la chorégraphie théâtrale qui demeure la plus haute expression de l'art dansant. Par leurs évolutions et pas aériens, nos modernes ballerines inspirent la plus captivante des admirations ; elles incarnent véritablement la grâce et la beauté. Elles atteignent au sublime, par la légèreté de leur jeu, jointe à la divine harmonie de leurs mouvements ondulés comme la vague, souple comme le frémissement du roseau. On comprend que la sculpture et la peinture les mettent souvent à contribution pour leurs groupes. Celui de Carpeaux, devant la grandiose façade de l'Opéra, est un incontesté chef-d'œuvre.

Aux concerts, cirques et music-hall, la danse affecte un genre tout spécial, où l'art est trop souvent relégué jusqu'au second plan. Il convient, cependant, de souligner l'heureuse innovation des grandes revues à ballets, où évoluent de nombreuses danseuses, aux costumes changeants et de plus en plus suggestifs, et dont les mouvements harmonieux traduisent la poésie des chants.

Cette coutume, empruntée à l'antique, mais habilement modernisée par d'adroits metteurs en scène, a donné les plus heureux résultats. En définitive, il faut, en dépit des apparences de relâchement qu'on affecte sur ces scènes secondaires, un énorme travail et beaucoup de talent pour briller au music-hall, où la moindre artiste réussit chaque fois qu'elle sait agrémenter son chant de quelques pas de danse, tandis que les chanteuses, ne comptant que sur leurs voix, ont tant de peine à s'y classer au premier rang. C'est la preuve de l'énorme place que tient la danse dans le grand succès des revues modernes, pour lesquelles cent représentations ne sont qu'un modeste minimum.

Dans les salons et bals mondains, dans les matinées-sauteries, la danse n'est pas seulement le principal élément du programme, elle est encore le plus précieux lien de connaissance et de relation. Sobre de gestes, lente et très mesurée, cette danse mondaine remplit on ne peut mieux sa destination. Elle comprend aussi la série des danses de saison, telles que le Boston américain ou Valse lente, le Two-Step, le Double-Boston, le Pas des Aviateurs, la Troïka de Moscou, qui sont toutes à la mode et inscrites sur les carnets, autour desquels voltigent fillettes et jeunes gens.

La plus grande correction n'en est pas moins observée, car nous sommes ici entre gens de bonne compagnie.

Avec la Danse de Société, nous entrons dans les groupements amicaux, les coopératives, où une plus grande familiarité s'établit entre les familles.

Aussi, une sincère amitié unit-elle tous ces braves gens pour qui quadrille, valse et polka sont souvent le prélude de futures fiançailles. Une grande gaieté règne, en attendant, parmi eux. Les 571 sociétés de Paris, donnant des bals ou des matinées dansantes hebdomadaires, sont là pour rappeler l'importance sociale de la danse parmi les classes laborieuses.

La Danse militaire, fort en honneur dans les armées anciennes et modernes, fut instaurée par Napoléon I^{er} dans nos régiments, où elle brilla jusqu'en 1870, époque où elle fut brisée en même temps que notre épée, mort glorieuse pour Terpsichore.

Comme le Phénix, elle est en train de renaître de ses cendres : Joinville nous prépare d'habiles moniteurs de danse qui seront chargés d'aller enseigner dans les casernes. Ce sera une salutaire distraction pour nos troupiers, qui seront mieux à esquisser des pas qu'à aller traîner leurs guêtres dans les cabarets. Le programme de cet enseignement est déjà dressé : Il comprend les 40 leçons de danse, tenue et maintien, les 40 pas d'avant-deux et les 20 pas d'été. Du reste, les écoles de Saint-Cyr, Polytech-

nique, Versailles, Saint-Maixent, la Flèche, celles des Mines, des Ponts-et-Chaussées, Centrale, ont toujours eu leurs cours de danse de salon.

Il reste encore les bals publics bien déçus par le cyclisme, l'aviation, l'auto et autres sports modernes. Valentino, Mabile, Frascati, qu'êtes-vous devenus? Sans Bullier, soutenu par les étudiants, les bals publics n'existeraient plus qu'à l'état de souvenir. Heureusement, quelques nouvelles salles marquent une prochaine renaissance: L'apparition de Tabarin et du Nouvel Elysée-Montmartre font espérer que bientôt les bals publics retrouveront la vogue d'il y a trente ans.

E. GIRAUDET,

Président de l'A. I. D.

La Danse est un art en même temps qu'un sport

Ceux qui recherchent dans la danse un délassement et un plaisir, oublient bien souvent qu'ils procurent, ainsi, à leurs organes, le plus salubre des exercices.

Certainement la danse est l'art universel auquel tout le monde se livre, qu'on soit riche ou pauvre, instruit ou ignorant, paysanne ou princesse :

On peut danser le menuet
Sans être marquis... ni marquise,
Pourvu qu'on soit mince et fluet,
Et qu'on ait une taille exquise!..

Cet art, dont nous avons tous subi, et subissons encore la loi, est aussi le roi des sports. Au lieu d'être violent comme la boxe, dangereux comme l'aviation et par trop exclusif comme l'automobilisme, il est doux et gai; il est fleuri et parfumé, puisqu'il se pratique en compagnie du beau sexe: enfin il met en œuvre non pas seulement tout notre être, mais encore notre pensée, notre esprit et, plus souvent qu'on ne croit, notre cœur.

Qui dira jamais combien d'existences se sont liées à jamais pendant le bal?

Oh! le bal! quand l'orchestre aux bruyantes cymbales
Entraine, en les berçant, les couples radieux,
Qui suivent leurs spirales
Et murmurent tout bas des mots mystérieux!
Quand sur l'or, les bijoux, et la soie et la gaze,
Les lustres vont semant leurs mobiles clartés;
Quand une folle extase
Remplit l'air de parfums, le cœur de voluptés!..
Parmi tous les danseurs empressés autour d'elle,
Savez-vous le jeune homme auquel elle eut le mieux
Aimée paraitre belle,
Celui qu'elle voyait sans le suivre des yeux?

Le poète souligne, par ces vers anciens, la portée sociale de la danse, origine de bien des mariages. Puisque nous voilà en veine de citations poétiques, qu'on permette encore ces beaux vers de Desbordes-Valmore, qui s'y

connaissait, parce qu'elle était femme et artiste :

Quand le soleil couchant sur les flots se balance,
Quand la guitare au loin conduit gaiement la danse,
Et du pied bondissant mesure chaque pas,
Que la danse du soir a de grâce et d'appas !
Oh ! qu'il est doux alors d'errer avec mystère
Sous cette ombre embaumée où s'égare l'amour,
Eclairé seulement par les yeux qu'on préfère
À tous les jeunes yeux que le plaisir éclaire,
Pour remplacer le jour !

Dire que la danse est un art, c'est, on le voit, confirmer l'opinion des poètes qui ont si pittoresquement souligné sa portée artistique. La chose est donc indiscutable.

Il est une vérité non moins indiscutable, c'est que la danse est le plus salulaire, le plus agréable et le plus facile des sports.

C'est l'exercice par excellence, ayant à la fois le caractère d'un divertissement, en même temps qu'il développe la puissance physique et les qualités intellectuelles.

On comprend le grand essor pris par les sociétés amicales. Notre devoir est de les encourager en les fréquentant, en y envoyant nos amis et en favorisant, par tous les moyens, leur extension : les sports sont utiles et la danse est indispensable, parce qu'elle est le meilleur des sports.

E. GIRAUDET.

Marchez donc à Droite

Tout le monde prétend savoir marcher, et cependant un guide de la marche m'a paru indispensable. Combien de gens, faute de connaître les usages, se heurtent, à chaque instant, les uns aux autres, dans la rue, au théâtre, au pesage, aux expositions et dans les bals.

Qui de nous, ne s'est trouvé cent fois, en présence d'un monsieur ou d'une dame indécis, qui, ne sachant s'ils vont aller à droite ou à gauche, esquissent devant vous un pas de polka, en vous mettant dans l'impossibilité de continuer votre chemin.

A leur vue, vous prenez votre droite, ainsi qu'il est du devoir de chacun de le faire ; s'ils en faisaient autant, vous vous croiseriez sans à-coup. Au lieu de cela, ils hésitent, se jettent tour à tour à gauche et à droite, et finalement vous obligent à un arrêt, afin de sortir d'embarras.

A l'avenir, au lieu de plier, par politesse, devant l'indécision de ces maladroits, ce qui ne fait que retarder la solution de ces collisions humaines, gardez obstinément votre droite en criant, avec autorité, à tous ceux qui ignorent ou oublient la loi de toute circulation normale : « Marchez donc à Droite ! »

Cette loi observée, aucune rencontre gênante ne se produira plus. Supposez que les voitures

ne l'aient pas adoptée, vous voyez d'ici le joli gâchis qui régnerait dans nos rues : Ce qui est bon pour les voitures ne saurait être mauvais pour les piétons, en ce qui concerne la circulation.

Dans l'intérêt de tout le monde, il faut que le cri : « Marchez donc à Droite ! » devienne l'avertissement adopté partout, où le va-et-vient doit se produire rapide, ordonné et sans heurt. Les foules n'en circuleront que mieux, et toute altercation ou perte de temps seront évitées.

Les affaires y gagneront, car on sait que toute perte de temps se traduit par une perte d'argent. La coutume de prendre à droite devenant générale, on pourra aller vite, même à travers les grandes agglomérations, sans gêner qui que ce soit, et chacun s'en trouvera mieux.

L'honorable Préfet de Police, M. Lépine, a eu l'heureuse inspiration d'affecter des agents à la marche et à la vitesse des voitures. Cette excellente mesure a donné les meilleurs résultats. Que ne la complète-t-il en réglant aussi celle des piétons, surtout aux périodes d'effervescence, de bousculades ou de foule inusitées ? La rue est encombrée d'un tas de gêneurs et d'hésitants, pour qui un « Marchez donc à Droite ! » des agents serait le plus salutaire des avertissements.

C'est là, je crois, une excellente idée, et peu de personnes en tiennent compte, parce que

nous n'exigeons pas la droite de ceux que nous rencontrons et qui demeurent plantés devant nous. Du jour où nous saurons exiger que chacun prenne sa droite, et que les agents eux-mêmes propageront le même avis, vous verrez que la chaussée deviendra plus praticable et que la circulation n'en sera que plus facile, plus agréable et plus active.

C'est une éducation à faire ; il appartient à tous les dévoués amis du progrès de la mener à bien. Je compte sur leur bonne volonté pour donner à cette idée les développements qu'elle comporte, car on peut marcher à droite sans trahir ses opinions, quelles qu'elles soient.

E. GIRAUDET.

La Sainte-Catherine

Tous les ans, au 25 novembre, les ateliers de couture fêtent la Sainte-Catherine, au milieu des transports d'allégresse. C'est faire spirituellement contre mauvaise fortune bon cœur, car beaucoup de vieilles filles, rieuses sous la coiffe symbolique, ont la mort dans l'âme de doubler ce terrible cap sans avoir trouvé le mari rêvé.

Cette année, la presse fut particulièrement bienveillante pour cette légendaire manifestation : articles, dessins, portraits, rien ne man-

qua au triomphe de Ste-Catherine. Cependant, aucun journal, à ma connaissance, ne crut devoir rappeler l'origine de la locution : *Coiffer Sainte-Catherine* ! Saisissons l'occasion qui nous est offerte de combler cette lacune.

Cette locution proverbiale paraît dater du XVII^e siècle. Elle vient de ce que, dans certaines églises, se trouvait une statue de Ste-Catherine, dont on renouvelait la coiffure le jour de sa fête, et de ce que l'on chargeait de ce soin des demoiselles de 25 à 35 ans, qui n'avaient pas pu ou pas voulu se marier. On dit aujourd'hui qu'à 25 ans, on place une première épingle à la coiffure de la sainte ; à 30, une seconde ; à 35, la coiffure est achevée.

A une époque où tout le monde se plaint de la dépopulation, la coiffure de Ste-Catherine n'est pas à encourager. Le devoir de tout bon Français est, au contraire, de favoriser l'établissement de nouvelles familles par le mariage.

On ne se marie plus avec le même entrain qu'autrefois, et on a trouvé à cette sorte de mise en quarantaine du mariage une foule de raisons qui peuvent avoir une certaine influence, mais qui sont loin de tenir le premier rang, parmi les obstacles matrimoniaux ; on ne se marie pas autant aujourd'hui que hier, parce que jeunes gens et jeunes filles à marier vivent moins dans la même ambiance ; parce qu'ils

se rencontrent moins souvent. Ils se rencontrent moins souvent parce qu'ils dansent moins souvent qu'autrefois.

La danse est le meilleur terrain de culture pour le mariage. Qu'on se remette à fréquenter les bals de société, de famille, ou simplement les sauteries amicales ; les jeunes gens et les jeunes filles s'y rencontreront, s'apprécieront mutuellement, et le reste viendra tout seul.

Je sais bien que le travail, les études et les occupations journalières, absorbent chacun plus que jamais ; je sais aussi que les cafés regorgent de consommateurs, pendant que les femmes se morfondent à la maison ; que les sports violents et dangereux ont toutes les faveurs des jeunes hommes, tandis que les jeunes filles en sont réduites à danser ensemble. Il serait logique, raisonnable, galant et même patriotique, puisque de nouvelles familles doivent en naître, de revenir à la danse, espoir de l'avenir, comme elle fut la bonne fée du passé.

Les jeunes filles peuvent, d'ailleurs, endosser leur part de responsabilité dans cette faillite du mariage : Si elles fréquentaient un peu plus le monde, les salons, les cours de danse de famille, les bals, matinées et sauteries, elles seraient moins exposées à rester vieilles filles.

Il n'est jamais trop tard pour bien faire : Allons, Mesdemoiselles qui avez coiffé Sainte-Catherine, n'hésitez pas à apprendre à danser,

afin de pouvoir briller au bal. Vous aussi, Mesdemoiselles encore jeunes, n'attendez pas la terrible échéance de 25 ans pour vous décider à danser : Les bals, les sauteries, les amicales réunions de famille, vous feront rencontrer une foule de jeunes gens n'attendant que l'occasion pour se marier : Il vaut mieux sacrifier à Terpsichore que de coiffer Sainte-Catherine.

E. GIRAUDET.

Nos Maîtres sont les Domestiques

Les maîtres dont je veux parler sont tout simplement nos domestiques. Il y avait déjà longtemps qu'ils n'en faisaient qu'à leur tête, cela ne leur suffit plus : il va falloir, maintenant, que nous les servions.

Cela peut paraître paradoxal. Rien n'est cependant plus vrai, ainsi qu'on va le voir par la dernière fugue de ma propre bonne. Je la donne en exemple à tous ceux qui souffrent des mêmes abus, afin de les engager à se résigner à un état de choses contre lequel nous ne pourrions réagir que lorsque nos dirigeants auront compris qu'il est urgent de remédier à l'éducation des nouvelles générations sur les bancs mêmes de l'école.

Devant l'impossibilité de trouver une bonne à Paris, nous mîmes à profit, Mme Blasis et moi, nos dernières excursions de vacances, pour dénicher un bon sujet en province. Après avoir parcouru le Pas-de-Calais, le Rhône, l'Isère et la Loire, c'est à Saint-Etienne que nous rencontrâmes la perle rêvée.

Elle avait quatre ans de place dans un hospice avec sa sœur, les renseignements étaient excellents.

Tout alla donc bien au début. La bonne était d'ailleurs pourvue des plus belles qualités : vertueuse, probe, travailleuse, intelligente, elle aurait rendu des points à un prix Monthyon. Mais, elle ne savait rien faire en cuisine et n'entendait rien à l'entretien du ménage.

Mme Blasis dut donc entreprendre de lui inculquer les connaissances indispensables qui lui faisaient défaut. Un peu de nostalgie s'étant emparée d'elle au début de son séjour à Paris, nous nous appliquâmes à dissiper son ennui comme si elle avait été de la famille.

Ce furent des promenades dans Paris, la visite des Musées, des soirées au Théâtre, au concert, au cirque, au cinéma, enfin tout ce que nous jugeâmes capable de chasser les idées noires.

Je m'efforçai d'être gai pour distraire la bonne. Madame entreprit de l'instruire afin de la mettre plus à même d'apprécier

Paris. Tous les jours ce furent des dictées, des lectures, un peu de comptabilité ; puis vinrent le chant, la musique, l'anglais, la danse, la tenue et le maintien.

Il en fallait une patience pour exécuter tout cela ! Mais que ne ferait-on pas pour s'attacher une bonne fidèle. Après deux mois de cette existence de coq en pâte, Mlle Céline, qui, en plus de tous les agréments et avantages précités, mangeait, dormait et buvait comme un chanoine, forma, en guise de reconnaissance, le joli projet de nous lâcher.

Une telle conduite paraît d'autant plus inexplicable, qu'une santé florissante, soulignée d'une augmentation de 20 livres, était le résultat manifeste de ses efforts.

Alors qu'à son arrivée, elle était malade, jaune, verdâtre et atteinte de maux d'estomac, la voilà devenue fraîche, bien portante et pleine de vie, et c'est le moment qu'elle choisit, foulant aux pieds toute raison, pour disparaître.

Amour, amour, quand tu nous tiens, comme a dit La Fontaine, on peut dire adieu prudence : ce fut une lettre de son fiancé qui provoqua son coup de tête : elle est donc décidée à réintégrer Saint-Etienne.

En attendant, grâce à de nombreux discours, pour l'en dissuader, et de paternelles remontrances, nous avons pu retarder le couronnement de tant d'ingratitude. La perle des

bonnes continue son service, pour racheter son coup de tête ; mais il faut continuer de véritables platitudes pour qu'elle daigne retarder son départ.

Sa reconnaissance aura duré le temps de voir Paris, en restaurant sa santé. Mais, elle a bon fond : espérons qu'elle finira par comprendre l'odieux de sa conduite et qu'elle rachètera son moment d'égarement par un absolu dévouement à ses maîtres qui ne demandent pas mieux que de continuer à la considérer comme l'enfant de la maison.

BLASIS.



DANSES NOUVELLES

ET

CELLES DONT ON PARLE

PAS DES AVIATEURS

Auteur : E. GIRAUDET

Compositeur Editeur : JOUVE

55, Faubourg Saint-Denis, Paris

26 Octobre 1910

Mesure à 4 temps

POSITION :

Le danseur prend avec sa main droite la main gauche de sa danseuse, les mains libres se placent sur les hanches. Ils sont placés sur un même plan. Le cavalier part du pied gauche, la dame du droit et ensemble.

Théorie pour le cavalier. — La dame fera les mêmes pas et gestes du pied, bras, et tournoiements opposés.

1^{re} Mesure. — *Pas de l'Aviateur.* — Glisser devant soi le pied gauche, puis le droit et le gauche. Elever ensuite le droit en avant en le balançant.

2^e Mesure. — Faire un demi-tour à droite en changeant de main, puis répéter en commençant du pied droit le pas ci-dessus dans cette nouvelle direction, face en arrière.

Nota : Ces deux mesures sont faites sans arrêt, bien liées avec le balancement des bras et du pied droit qui s'élève en avant et va ensuite se poser en arrière.

Après la 2^e mesure, dame et cavalier doivent se trouver l'un en face de l'autre. Le danseur prend avec sa main gauche la main droite de la dame, ces bras sont tendus, cavalier côté gauche, dame du côté droit.

3^e et 4^e Mesures. — Glisser le pied gauche de côté, rapprocher le droit du gauche, glisser le gauche de côté, rapprocher le droit du gauche, glisser le gauche de côté, rapprocher le droit du gauche. Glisser le gauche de côté, soulever le droit croisé devant le gauche, en pliant le genou.

5^e Mesure. — Répéter la 2^e mesure, sans changer de mains.

6^e Mesure. — Répéter la 1^{re} Mesure, en changeant de mains, c'est-à-dire main droite du danseur à main gauche de la danseuse. Cette mesure se termine presque dos à dos avec sa dame, les deux bras sont tendus. Cavalier côté droit, dame du côté gauche.

ÉTANT DOS A DOS :

7^e et 8^e Mesures. — Répéter la 3^e et 4^e mesures en commençant du droit et en terminant la 8^e mesure en face l'un de l'autre.

9^e à 16^e Mesure. — Le cavalier face au mur, prend avec sa dame la position enlacée des danses classiques. Il exécute l'Écossaise Glissée :

Un pas de polka du gauche et un du droit, en tournant 1 tour (2 mesures). Il glisse 4 fois

le gauche ; le 4^e se fait en tournant pour avoir le dos au mur (2 mesures).

Un pas de polka du droit et un du gauche en tournant un tour (2 mesures). Suivent 4 glissés du droit, le 4^e en tournant pour revenir face au mur.

Reprendre la position primitive et recommencer à volonté.

E. GIRAUDET,
Professeur de Danse,
39, Boulevard de Strasbourg,
Paris.



LOCK-IN DE L'X (Le)

Danse des élèves de l'Ecole Polytechnique pendant leur Lock-in de protestation solidaire qu'ils s'imposèrent en l'honneur du feu d'artifice de la Sainte-Barbe, le 4 Décembre 1910, jusqu'au 21 Décembre 1910.

Création de E. GIRAUDET, Président de l'A. I. D.
(Académie Internationale des Professeurs de Danse)

Musique de SCOTTO. Editeur : DIODET.

Le 15 Décembre 1910

Net : 2 fr. 50

ABRÉGÉ

Introduction, 8 mesures : Invitation.

8 — : Promenade.

16 — : Prisonnier.

8 — : Promenade.

1 — : Point d'orgue.

32 — de danse gaie, 2/4.

Répéter encore 3 fois.

64 mesures : Coda Farandole.

INTRODUCTION : 8 mesures, pendant laquelle les messieurs vont inviter chacun une danseuse ; ils leur offrent le bras droit et font :

1° PROMENADE : 8 mesures. — Promenade autour de la salle, en se suivant tous les uns derrière les autres.

2° LOCK-IN : 16 mesures. — Les messieurs viennent tous, dos à dos, au centre. Les dames se donnent les mains en rond et galopent sur la gauche. Quelques messieurs cherchent à sortir de cette forteresse, en passant sous les bras des dames. Les dames les empêchent de sortir ou les laissent s'évader.

Après l'évasion, chaque danseur cherche sa danseuse pour faire :

3° PROMENADE : 8 mesures. — Promenade, afin de remettre de l'ordre dans les rangs.

Sur le point d'orgue très marqué : Les messieurs quittent leurs dames, viennent au centre, dos à dos, et leur font vis-à-vis, puis s'adressent un mutuel salut et révérence sur le point d'orgue musical, qui est très marqué.

Ensuite, chaque cavalier enlace sa dame pour exécuter :

4° 32 mesures. — Deux pas de polka en tournant un tour à droite (2 mesures).

Suit deux tours, en pivotant quatre fois alternativement sur chaque pied, très vite (2 mesures).

Répéter ces quatre mesures.

Ensuite, faire les deux pas de polka, en tournant à droite, et quatre pas de galop (4 mesures). Cavalier du pied gauche, dame du droit.

Deux autres pas de polka, en commençant de l'autre pied, et quatre pas de galop : cavalier du droit, dame du gauche (4 mesures).

Répéter tout le 4°. Reprendre encore 3 fois toute la danse.

5° 64 mesures. — CODA. FARANDOLE GÉNÉRALE ET FINALE.

E. GIRAUDET O X.

Auteur-Professeur,
59, Boulevard de Strasbourg,
PARIS.



TROÏKA DE MOSCOU

Danse à 3.

Auteur : E. GIRAUDET

25 Octobre 1910

Compositeur-Editeur : ED. JOUVE

55, Faubourg Saint-Denis, Paris

Prix : 2 fr.

Mesure à 2/4.

INVITATION ET POSITION.

Pendant l'introduction musicale, un danseur va saluer une dame, l'invite et lui offre la main droite à la main droite ; il présente ensuite la main gauche à la main gauche d'une deuxième dame qu'il a saluée et invitée.

Tous les trois se placent sur une ligne, en regardant face en avant (dans la direction).

La dame de droite pose sa main gauche sur l'épaule droite du danseur, celle de gauche pose sa main droite sur l'épaule gauche du danseur. C'est ainsi placés que la danse commence, en partant tous du même pied et en faisant tous les trois les mêmes pas, figures et mouvements.

Première figure (4 mesures).

1^{re} Mesure. — Un pas marché du pied droit en avant, oblique à droite.

Un pas marché du pied gauche, en le croisant devant le droit.

2^e Mesure. — Un pas marché du pied droit en avant. Passer la pointe gauche croisée derrière le pied droit, en pliant fortement sur les genoux.

3^e et 4^e Mesures. — Répéter les deux mesures précitées, en partant du pied gauche en avant, oblique à gauche.

Deuxième figure (4 mesures).

5^e à 8^e Mesure. — Quatre pas de Two-Step en avançant.

9^e à 16^e Mesure. — Ils se quittent, pour se donner tous les trois la main gauche en moulinet.

Répéter la première et la deuxième mesure, en marchant sur un quart de cercle en moulinet.

Répéter la troisième et la quatrième mesure par la main droite, en marchant sur 1/4 de cercle en moulinet.

Continuer par la main droite, en marchant sur un cercle complet, en faisant 4 pas de two-step en moulinet.

Reprendre la position du départ et répéter toute la danse à volonté.

NOTA. — La Troïka de Moscou peut se danser par 2 cavaliers, avec une dame au centre. Elle peut aussi se danser par couple.

E. GIRAUDET,
Professeur de Danse,
39, Boulevard de Strasbourg,
PARIS.

LA CRÉOLE-VALSE

Danse américaine.

Auteur : E. GIRAUDET.

25 Sept. 1910.

Compositeur : FILIPPUCCI.

Editeur : ENOCH, 27, Boulevard des Italiens,
Paris.

Théorie-Musique : 2 fr. 25.

Mesure à 3/4 active.

THÉORIE.

Le couple prend la position du boston, en se plaçant bien sur le côté. Les deux pieds du cavalier sur le côté droit de sa dame, et la dame place les siens sur le côté droit du cavalier.

Les mouvements des bras, avec les évolutions douces et ondulées du corps qui scande, donnent à cette danse une harmonie musicale et chorégraphique pleine de chic. L'Académie Internationale des auteurs, professeurs et maîtres de danse l'a acceptée et mise à son programme.

Départ : Cavalier fait face en avant (à la direction).

1^{re} Mesure. — Cavalier: glisser le pied gauche en avant.

2^e Mesure. — » » » droit en avant.

3^e et 4^e Mesures. — Cavalier: un pas de Créole-Step (1) du pied gauche, en tournant un demi-tour à droite.

Répéter les mêmes mouvements en arrière (4 mesures).

La dame fait les mêmes pas que le cavalier, en partant du pied opposé.

E. GIRAUDET,
Professeur de Danse,
39. Boulevard de Strasbourg,
PARIS.

(1) CRÉOLE-STEP. — Sur deux mesures de valse ou six noires de musique. 1^{re} et 2^e noires: glisser le pied gauche en avant, sur un demi cercle; 3^e noire: rapprocher le pied droit au gauche; 4^e, 5^e et 6^e noires: glisser le gauche de côté.

FEW-STEP AMÉRICAIN 1905

Danse importée par Marcel NÉERMAN.

Cette danse américaine est très à la mode au Pérou, en Colombie, en Bolivie, au Chili, etc.

Théorie de NÉERMAN.

Mesure à 6/8.

Les couples prennent la position des danses ordinaires.

Ils font deux pas marchés en ligne droite (1 mesure).

» un pas de boston américain en tournant (1 mesure).

La première mesure se fait sur deux noires musicales.

La deuxième mesure sur quatre croches, comme suit :

Exemple de la deuxième mesure, autrement dit la manière de faire un pas de boston américain sur deux noires de musique.

1 mesure. — Première noire, première croche: poser le pied gauche en avant; deuxième croche: glisser la pointe droite en avant.

Deuxième noire, troisième croche: rapprocher le gauche au droit; quatrième croche: repos.

NOTA. — Sur la première mesure: Le cava-

lier commence du pied gauche, en allant en arrière; la dame du droit en avant.

Sur la deuxième. — Ils font un demi-tour à droite.

Ensuite, le cavalier commence du pied droit en avant, pour la première mesure, la dame en arrière, puis sur la deuxième, ils font un demi-tour à droite.

Répéter à volonté ces quatre mesures.

La variante de cette danse consiste, de temps à autre, à faire les première et deuxième mesures en ligne droite (sans tourner).

M. NÉERMAN.



QUADRILLE

LES AVIATEURS PARISIENS

Théorie de Maurice MACHUREY,
Auteur-Professeur de Danse, Membre de l'A. I. D.

Musique de G. DELOGE,
Professeur-Compositeur de Musique

Éditeur : BONNAVENTURE, 7, rue de l'Oratoire
Caen (Calvados).

1910

Prix : 2 fr.

Ce quadrille est composé de cinq figures et dansé par quatre couples placés comme pour le quadrille des Lanciers. Pour le danser, il faut avoir la musique qui lui est spécialement réservée.

*Première figure : LE DÉPART POUR L'AÉRO-
DRÔME. — 8 mesures d'introduction, 16 mesures
de quadrille, le tout deux fois, finir après les
8 mesures d'introduction. 1^o Pendant les 8 me-
sures d'introduction, salut du cavalier à la dame
et de la dame au cavalier; répéter ce salut au
commencement de chaque figure. Les cava-
liers, prenant de leur main droite la main gau-*

che de leur dame, font une promenade autour du quadrille, en se dirigeant sur la droite jusqu'à leur place; ensuite, ils placent très lentement leur dame devant eux, dos à dos, au centre du quadrille, et quittent les mains; grand salut et grande révérence. Les cavaliers se donnent les mains et font un grand rond à gauche, autour des dames; tour des deux mains avec sa dame à sa place et reprise de la figure.

Deuxième figure: LA VISITE AUX AVIATEURS. — 8 mesures d'introduction, 8 mesures de quadrille, 16 mesures de two-step; répéter quatre fois ces 24 dernières mesures. — *N. B. Voir après la cinquième figure l'explication du pas de two-step.* — 1° Après le salut indiqué plus haut, les dames 1 et 2 changent de place et font face au cavalier vis-à-vis, dos au centre; les dames 3 et 4 font de même; grand salut et grande révérence. Les cavaliers enlacent cette dame par la taille, font un demi-tour, en même temps, pour se trouver le dos au centre; les quatre couples partent en two-step, sur la gauche des cavaliers, jusqu'à la place du couple vis-à-vis; les cavaliers 1 et 2 changent de place et vont faire face à leur dame, le dos au centre; les cavaliers 3 et 4 font de même; grand salut et grande révérence. Les cavaliers enlacent leur dame et les quatre couples font en two-step le tour du quadrille jusqu'à leur place. Reprise de la

figure: cette fois, ce sont les dames 3 et 4 qui commencent à traverser.

Troisième figure: LA PREMIÈRE LEÇON AUX DAMES. — 8 mesures d'introduction (pendant lesquelles salut, voir plus haut), 8 mesures de quadrille, 17 mesures de mazurka (répéter deux fois ces 25 mesures). — Après le salut, chaque cavalier enlace, avec son bras droit, la taille de sa dame et, de sa main gauche, tient la main gauche de sa dame à hauteur des épaules; les quatre couples font ainsi une promenade lente, sur la droite, tout autour du quadrille; arrivés à leur place, et toujours en se tenant comme il est indiqué ci-dessus, les couples 1 et 2 changent de place en mazurka, dame et cavalier partant du pied droit; les couples 3 et 4 font de même. A ce moment, les quatre cavaliers font un quart de tour à gauche, toujours en tenant leur dame par la taille, et les dames deux pas en avant, à gauche, suivant leur cavalier; les dames se donnent la main droite, au centre du quadrille, afin de former un moulinet; les quatre couples partent ainsi en mazurka, partant tous du pied droit jusqu'à leur place. Reprise de la figure; après la promenade, les couples 3 et 4 commenceront à traverser en mazurka.

Quatrième figure: LE PREMIER VOL. — 8 mesures d'introduction (*salut*), 16 mesures de two-step, 16 mesures de quadrille (répéter deux fois

ces 32 mesures). Après le salut, le cavalier n° 1 enlace sa dame, comme dans la deuxième figure, et part avec sa dame en two-step, traverse le quadrille et tourne autour du couple 2 et revient à sa place ; le couple 3 part de même autour du couple 4. Ensuite, les couples 1 et 2 font en avant quatre, par quatre petits pas ; les cavaliers laissent leur dame au couple de droite et se placent au couple de gauche, face à leur dame, ce qui forme deux lignes de quatre ; tous font en avant et en arrière, en avant et grand rond, sur la gauche, jusqu'à sa place. Reprise de la figure : cette fois, c'est le couple 2 qui va tourner autour du 1, et, ensuite, le couple 4 qui tourne autour du 3 ; en avant quatre par les couples 3 et 4, en avant, en arrière, en avant et rond jusqu'à sa place.

Cinquième figure : Tous AVIATEURS ; LE DÉPART. — 4 mesures d'introduction (*salut*), 24 mesures de quadrille, 8 mesures de two-step ; jouer deux fois la figure, la deuxième fois prendre le two-step deux fois et terminer par les premières mesures jusqu'au mot fin. — Après le salut à sa dame, chaque cavalier tourne vers la dame qui est à sa gauche et fait un tour des deux mains avec cette dame, la salue et va se replacer auprès de sa dame ; les cavaliers 1 et 2, tenant de leur main droite la main droite de leur dame, font en avant, en arrière, en avant, font pivoter leur dame pour la conduire au

couple de droite, et eux reculent seuls à leur place ; les couples 3 et 4, avec la dame qui vient de leur être conduite, font un moulinet à trois, en se donnant tous la main droite au centre, et marchent un tour entier. A ce moment, le cavalier 1 donne de sa main gauche une poignée de main aux trois personnes du moulinet qui est à sa droite ; le cavalier 2 fait de même avec le moulinet qui est à sa droite, puis, les cavaliers, prenant tous leur dame, font le two-step autour du quadrille, un tour entier, jusqu'à leur place. Reprise de la figure ; après le salut à droite et à gauche, ce sont les couples 3 et 4 qui avancent, reculent, avancent, laissent leur dame à droite ; moulinets, poignée de main et two-step général autour du salon, un pas du pied gauche (messieurs), pied droit (dames), un pas du pied droit (messieurs), pied gauche (dames), en tournant, et quatre glissades sur le côté gauche : compter 1, 2, 3, 4, glissades, reprendre two-step, messieurs pied droit, ensuite pied gauche, et quatre glissades du pied droit jusqu'aux dernières notes de la musique.

Théorie du pas de two-step. — Messieurs, glisser le pied gauche en arrière, fléchir la jambe droite en même temps, chasser vivement le pied gauche avec le pied droit, en portant le poids du corps sur le pied gauche, glisser le pied droit en arrière, le chasser

ensuite avec le pied gauche et porter le poids du corps sur le pied droit, compter toujours un pour glisser, deux pour chasser; la dame part du pied droit. Ces pas doivent se faire en tournant.



SANDWICH-DANSE

Danse à trois, de Bals publics et Concerts

Auteur : E. GIRAUDET, 1910.

Mesure 2/4.

Un cavalier, devant une dame, l'enlace du bras droit et lui soutient la main droite avec sa gauche.

Un cavalier, derrière cette dame, l'enlace du bras droit et lui soutient la main gauche avec sa main gauche.

Le premier cavalier est placé sur le côté droit et devant sa danseuse. Le deuxième cavalier est placé derrière et sur le côté gauche de la danseuse.

Le cavalier qui est derrière fait exactement les mêmes pas, et du même pied, que la danseuse; ils commencent du pied gauche.

Le cavalier qui est devant partira du pied droit, en faisant les mêmes pas.

Dans cette position, ils esquissent :

Quatre glissades de côté (2 mesures).

Suit deux pas de Two-Step (2 mesures).

Répéter en commençant de l'autre pied (4 mesures) en tous sens.

Les groupes bien exercés peuvent esquisser toutes les danses en usage dans cette position à 3.

Elle est très en vogue chez Maxim's, avec le *Tango*.

TANGO (ou La Chaloupée)

Danse de Bals publics Parisiens

très en honneur chez Maxim's, etc.

De E. GIRAUDET, Professeur de Danse,
39, Boulevard de Strasbourg, Paris.

1910

Composit.-Edit. : Ed. JOUVE,
55, Faubourg Saint-Denis, Paris.

Première figure. — Le couple prend la position enlacée, les pieds très entrelacés. Il va en avant et en arrière et tourne en tous sens, par une marche déhanchée, pendant 8 mesures, avec mouvements de bras et de légers coups de reins.

Chaque pas marché égale un temps ou une noire de musique. Suit un coup de hanche du côté gauche, si c'est le pied gauche qui a fait le pas.

Exemple d'une mesure. — Pour les deux temps :

1^{er} temps. — Sauter doucement sur le pied gauche, avec un coup de hanche à gauche.

2^e temps. — Idem du pied droit, avec coup de hanche à droite.

Deuxième figure. — Marche sur le côté, en croisant les jambes devant et en pliant le corps à droite et à gauche pendant 4 mesures.

Suit 4 mesures de tourniquet, en pivotant alternativement sur chaque pied.

Reprendre toute la danse à volonté.

NOTA. — Les fines lames du *Tango* pourront placer leurs deux pieds non entrelacés, mais bien sur le côté, pour la première figure.

Cavalier sur le côté droit de la dame.

Dame sur le côté droit du danseur.



MARSEILLAISE

(La danse sur la musique de la)

1792

(Voir l'ouvrage de M. Raoul CHARBONNEL).

Edit. : GARNIER FRÈRES,

des Saints-Pères, Paris.

1900

Prix : 15 fr.

Page 222, pour y trouver tous les détails chorégraphiques, avec théorie, musique et gravures sur toutes les phases de cette danse et musique qui faisait fureur en 1792.



GIGUE PARISIENNE

**pour Artiste de Théâtre, Concert
et Music-Hall**

*Réglée mathématiquement avec les notes de musique
et les figures*

Pas et tous les mouvements de pieds

Théorie inédite par Marcel NÉERMAN,
Professeur de Danse, élève de GIRAUDET.

Cette gigue se danse sur toutes les musiques de gigue, mesure 6/8.

Position : Bras croisés ou les mains sur les hanches.

1° PROMENADE en décrivant un cercle (8 pas, 8 mesures).

1 mesure :

1^{re} croche. — Etant assemblé en 3^e, flexion sur la jambe gauche, en développant la droite en 4^e. Sauter sur le gauche, en faisant un petit battement du droit devant.

2^e croche. — Sauter sur le gauche, en faisant un petit battement du droit devant.

3^e croche. — Jeté sur le droit en avant, en développant le gauche en 2^e.

4^e croche. — Préparation, c'est-à-dire flexion sur la jambe droite.

Idem du pied gauche. Répéter encore 6 mesures.

Passage de la promenade au pas suivant : Berceau : Sur la 4^e croche de la dernière mesure de la promenade, développer le pied droit en 2^e en l'air ; sur la 1^{re} croche de la mesure suivante, le croiser devant le gauche pour le Berceau.

2^o BERCEAU. — 4 en avant, 4 en arrière (8 mesures).

1^{re} croche. — Croiser le pied droit devant le gauche à terre, les deux pointes à quelques centimètres l'une de l'autre, les jambes un peu fléchies, poids du corps à droite, balancer les jambes à gauche.

2^e croche. — Balancement des jambes à droite, avec poids du corps à gauche.

3^e croche. — Balancement des jambes à gauche, avec poids du corps à droite, et allonger le gauche en 2^e en l'air.

4^e croche. — Repos.

Mêmes mouvements, en partant du pied gauche. Répéter deux autres mesures en avant.

En arrière, quatre mesures. Mêmes mouvements, mais en croisant le pied par-derrière l'autre.

Passage du Berceau au pas suivant : Ciseaux : Sur la 3^e croche du dernier berceau en arrière, on développe le pied droit en 2^e ; sur la 4^e croche, on assemble en 1^{re}, et sur la 1^{re} croche de la mesure suivante, on commence les ciseaux.

3^o CISEAUX à droite, à gauche, en avant et en arrière (8 mesures).

A droite, étant en première position :

1^{re} croche. — Ouvrir le talon droit, en pivotant sur la pointe droite ; en même temps, fermer la pointe gauche, en pivotant sur le talon gauche, de manière que les talons soient ouverts, les pointes se touchant.

2^e croche. — Ouvrir la pointe droite, en pivotant sur le talon droit ; en même temps, fermer le talon gauche, en pivotant sur la pointe gauche. Les pieds doivent se trouver en 1^{re}.

3^e croche. — Répéter les mouvements faits pendant la première croche.

4^e croche. — Répéter les mouvements faits pendant la deuxième croche.

Continuer encore une mesure à droite.

Ensuite, répéter deux mesures à gauche, en faisant mouvoir les pieds en sens opposé.

En avant : Ayant terminé la deuxième mesure à gauche, les pieds se trouvent en 1^{re}. Sans arrêt, l'on commence en avant, sur la mesure suivante.

1^{re} croche. — Fermer les pointes, en pivotant sur les deux talons, les pieds bien réunis.

2^e croche. — Ouvrir les talons le plus possible, en pivotant sur les pointes.

3^e croche. — Ouvrir légèrement les pointes, en pivotant sur les talons.

4^e croche. — Fermer les talons, en pivotant

sur les pointes. On doit se trouver en 1^{re}.

Répéter cette mesure en avant.

En arrière : Ayant terminé la deuxième mesure en avant, les pieds se trouvent en 1^{re}. Sans arrêt, l'on part en arrière sur la mesure suivante.

1^{re} croche. — Ouvrir les talons, en pivotant sur les pointes.

2^e croche. — Fermer les pointes à se toucher, en pivotant sur les talons.

3^e croche. — Fermer les talons à se toucher, en pivotant sur les pointes.

4^e croche. — Ouvrir les pointes, en pivotant sur les deux talons.

Répéter encore une autre mesure en arrière.

Passage au pas suivant : Tombé en 3 temps.

Dernière mesure des Ciseaux en arrière :

4^e croche. — Ouvrir les pointes, en pivotant sur les talons, en ayant soin de fléchir légèrement sur les jambes, flexion qui sert à s'enlever sur la première croche de la mesure suivante.

4^e TOMBÉ EN 3 TEMPS, 4 à droite, 4 à gauche (8 mesures).

A droite :

1^{re} croche. — S'enlever et tomber à droite, sur le pied droit, en élevant le gauche en 2^e en l'air.

2^e croche. — Sauter sur le gauche, en le croisant derrière le droit et en allongeant le droit en 2^e en l'air.

3^e croche. — Assembler le droit derrière le gauche en 3^e.

4^e croche. — Repos et préparation, c'est-à-dire flexion,

A gauche :

S'enlever de même façon, mais tomber sur le gauche, à gauche, etc ..., de même qu'à droite.

Recommencer à droite, à gauche, à droite, à gauche, à droite et à gauche.

Passage du tombé au pas suivant : Grands Battements Berceaux. Finir le dernier tombé à gauche, bien en flexion, et sur la 4^e croche développer la jambe droite en 2^e en l'air, pour commencer de suite sur la première croche de la mesure suivante le premier battement devant.

5^e GRANDS BATTEMENTS BERCEAUX, en avant, en arrière (8 mesures).

Devant :

1^{re} croche. — Sauter sur le gauche, en frappant la pointe droite à terre, près et devant la pointe gauche.

2^e croche. — Sauter sur le gauche, en développant la jambe droite en 2^e en l'air.

3^e croche. — Sauter sur le gauche, en frappant la pointe droite à terre, près et derrière le talon gauche.

4^e croche. — Sauter sur le gauche, en développant la jambe droite en 2^e en l'air.

Sans arrêt sur la mesure suivante, la jambe droite étant en 2° en l'air :

1^{re} croche. — Croiser le droit devant le gauche à terre, les pointes à quelques centimètres de distance, jambes un peu fléchies, poids du corps sur le droit, balancement des jambes à gauche.

2^e croche. — Balancement des jambes à droite, poids du corps à gauche.

3^e croche. — Balancement des jambes à gauche, poids du corps à droite, et développer le gauche en 2° en l'air.

4^e croche. — Repos et préparation, c'est-à-dire flexion sur le droit.

Le gauche étant en 2° en l'air, recommencer les battements à gauche, comme il est expliqué ci-dessus pour le droit (1 mesure), et berceau à gauche, idem (1 mesure).

Derrière :

A la quatrième croche de la quatrième mesure, le pied droit se trouve en 2° en l'air ; répéter les quatre mesures précédentes, mais en commençant les battements derrière, c'est-à-dire au talon, puis à la pointe et berceau derrière, en croisant le pied droit derrière le gauche. Idem du pied gauche.

Passage au pas suivant : Piqué-Pointé continu en avant et en arrière.

A la quatrième croche de la dernière mesure des Battements Berceaux, le pied droit se

trouve en 2° en l'air. Sans arrêt sur la première croche de la mesure suivante, sauter sur le gauche, en frappant le talon droit à terre, en avant, la pointe face au ciel, la jambe droite tendue.

PIQUÉ - POINTÉ continu, en avant et en arrière (8 mesures).

En avant :

1^{re} croche. — Sauter sur le pied gauche, en posant le talon droit à terre, en avant, la jambe droite tendue, la pointe du pied face au ciel.

2^e croche. — Sauter sur le pied gauche, en posant la pointe droite à terre, en avant et un peu à droite, le talon face au ciel, la jambe droite pliée, le pied bien fermé en dedans.

3^e croche. — Sauter sur le droit, en posant le talon gauche à terre, de la même façon qu'il est expliqué pour le droit à la première croche.

4^e croche. — Sauter sur le droit, en posant la pointe gauche à terre, de la même façon qu'il est dit pour le droit à la deuxième croche.

Répéter trois autres mesures en avant.

Répéter quatre mesures en arrière, sans arrêt, les mêmes mouvements, mais, au lieu de piquer et pointer en avant, allonger la jambe le plus en arrière possible.

Passage au pas suivant : « Sissonne » en sept temps.

Quatrième croche de la dernière mesure,

pointé du gauche en arrière. Sans arrêt, sur la mesure suivante :

1^{re} croche. — Sauter sur le gauche, en soulevant le droit devant, en cinquième pointe basse, etc...

SISSONNE DE COTÉ EN 7 TEMPS (8 mesures).

A droite :

1^{re} croche. — Sauter sur le gauche, en élevant le droit devant en 5^e en l'air, pointe basse.

2^e croche. — Sauter sur le gauche, en allongeant le droit en 2^e en l'air.

3^e croche. — Sauter sur le gauche, en ramenant le droit en 5^e en l'air, derrière le gauche.

4^e croche. — Sauter sur le gauche, en allongeant le droit en 2^e en l'air.

1^{re} croche. — Jeter le droit à côté du gauche, en chassant le gauche en 2^e en l'air.

2^e croche. — Jeter le gauche croisé derrière le droit, en chassant le droit en 2^e en l'air.

3^e croche. — Assembler le gauche devant le droit.

4^e croche. — Repos, préparation, flexion.

A gauche :

Mêmes mouvements, mais en commençant du pied gauche.

Répéter encore une fois à droite et une fois à gauche.

NOTA. — L'on doit se déplacer, en exécutant les Sissonnes, c'est-à-dire faire du chemin : à droite, quand on commence du pied droit, et à

gauche, quand on commence du gauche.

Passage au pas suivant : « Equerre en l'air sur place ».

Quatrième croche de la dernière mesure des Sissonnes, l'on se trouve assemblé.

Mesure suivante :

EQUERRE EN L'AIR SUR PLACE (8 mesures).

1^{re} croche. — Ouvrir le talon droit, en pivotant sur la pointe droite; en même temps, fermer la pointe gauche, en pivotant sur le talon gauche.

Les pointes se touchent et les talons sont également ouverts.

2^e croche. — Ouvrir la pointe droite, en pivotant sur le talon droit, et soulever légèrement le gauche derrière le droit en 5^e.

3^e croche. — Fermer la pointe droite, en pivotant sur le talon droit, et, en même temps, poser le pied gauche à terre, fermé, la pointe gauche touchant la droite et les talons également ouverts.

4^e croche. — Ouvrir la pointe gauche, en pivotant sur le talon gauche, et soulever légèrement le droit derrière le gauche en 5^e.

Répéter ces mouvements encore sept mesures.

Passage au pas suivant : « Grands Battements développés en sautant ».

Quatrième croche de la dernière mesure de l'équerre, on se trouve sur le gauche.

Sur la mesure suivante, sans arrêt :

GRANDS BATTEMENTS DÉVELOPPÉS EN SAUTANT
(8 mesures).

1^{re} croche. — Sauter à droite sur le pied droit, en frappant la pointe gauche à terre devant la droite.

2^e croche. — Sauter sur le droit, sur place, en développant la jambe gauche en 2^e en l'air.

3^e croche. — Sauter à gauche sur le pied gauche, en frappant la pointe droite à terre devant la gauche.

4^e croche. — Sauter sur le gauche, sur place, en développant la jambe droite en 2^e en l'air.

Répéter encore sept mesures.

NOTA. — Il faut, pour la beauté de ce pas, sauter le plus loin possible, à droite et à gauche.

Passage au pas suivant : « Serpent en avant ».

Sur la dernière croche de la huitième mesure, assembler.

Mesure suivante :

SERPENT EN AVANT (4 mesures).

1^{re} croche. — Glisser le pied droit en avant, la pointe bien fermée en dedans.

2^e croche. — Ouvrir la pointe droite, en pivotant sur le talon droit.

3^e croche. — Glisser le pied gauche en 5^e, derrière le droit.

4^e croche. — Repos.

Répéter les mêmes mouvements du pied gauche.

Répéter une fois du droit et une fois du gauche.

Ce pas se fait avec mouvements de bras : droit avec le pied droit, et gauche avec le pied gauche. Replier la main vers la poitrine, le coude en l'air et allonger la main, ensuite, en avant, en détournant le bras (1 mesure).

Passage au pas suivant : « Trot de cheval en arrière ».

Quatrième croche, dernière mesure, l'on se trouve assemblé et l'on prépare le pied droit en le soulevant ; puis, sans arrêt, sur la première croche de la mesure suivante :

TROT DE CHEVAL EN ARRIÈRE (4 mesures).

1^{re} croche. — Croiser le pied droit derrière le gauche, en chassant le gauche, qui se soulève devant.

2^e croche. — S'enlever sur la pointe du pied droit et glisser un peu en avant sur ce pied, pendant que le pied gauche passe en arrière.

3^e croche. — Croiser le pied gauche derrière le droit, en chassant le droit, qui se soulève devant.

4^e croche. — Répéter les mouvements de la deuxième croche, mais le rôle des pieds interverti.

Continuer trois autres mesures.

Passage au pas suivant : « Manches de Vestes ».

Dernière mesure du Trot de Cheval, dernière croche, assembler, et, sur la mesure suivante :

MANCHES DE VESTE en avant, arrière (8 mesures).

En avant :

1^{re} croche. — Ouvrir le talon droit en pivotant sur la pointe droite, en même temps soulever le pied gauche de terre, un peu à gauche en avant, le pied bien fermé en dedans.

Les genoux un peu pliés et se rapprochant.

Refermer le talon droit en pivotant sur la pointe droite et assembler le gauche en 5^e devant.

2^{me} croche. — Idem du gauche.

3^{me} » » du droit.

4^{me} » » du gauche.

Continuer 3 mesures en avant.

En arrière :

Répéter ces mouvements en arrière, en rassemblant en 5^e derrière.

Passage au pas suivant : « Berceau en tournant. »

Dernière mesure, dernière croche des manches de veste, l'on se trouve assemblé. Sans arrêt sur la mesure suivante.

BERCEAU EN TOURNANT (8 mesures).

A droite :

1^{re} croche. — Croiser le pied droit devant le gauche, à terre, les deux pointes à quelques centimètres l'une de l'autre, les jambes un peu fléchies, poids du corps à droite, balancer les jambes à gauche.

2^{me} croche. — Balancement des jambes à droite, poids du corps à gauche, en tournant doucement vers la droite.

3^{me} croche. — Balancement à gauche, poids du corps à droite, continuer de tourner sans arrêt.

4^{me} croche. — Balancement à droite, poids du corps à gauche.

Continuer ces mouvements encore 3 mesures et sur la 3^{me} croche de la 4^{me} mesure, développer la jambe gauche en 2^{me}.

Repos sur la 4^{me} croche et sur la mesure suivante.

A gauche :

1^{re} croche. — Croiser le gauche devant le droit, et répéter exactement en tournant à gauche les mouvements expliqués pour le droit.

Passage au pas suivant : « Pas Lyonnais. »

Sur la troisième croche de la dernière mesure du Berceau, développer le droit en 2^{me} en l'air.

Sur la 4^{me} croche, repos.

Sur la mesure suivante.

PAS LYONNAIS SUR PLACE (8 mesures).

1^{re} croche. — Croiser le pied droit devant le gauche à terre, le pied droit chassant le gauche qui se soulève derrière.

2^{me} croche. — Sauter sur le droit en le glissant légèrement en arrière et en continuant de développer le gauche en 2^{me} en l'air.

3^{me} croche. — Mêmes mouvements que la 1^{re} croche, mais du pied gauche.

4^{me} croche. — Idem que la 2^{me} croche, mais en sautant sur le gauche.

NOTA. — Ce pas se fait sans arrêt en laissant le corps et les bras bien libres, suivant les mouvements des jambes.

Bien croiser les pieds devant et développer les jambes en les ouvrant bien sur les côtés.

Passage aux pas suivants : « Grands battement sautés, pirouettes, etc. »

Sur la dernière croche de la dernière mesure du Pas Lyonnais, le pied droit se trouve en 2^{me} en l'air. Sans arrêt sur la mesure suivante.

GRANDS BATTEMENTS SAUTÉS, PIROUETTES, AILES, SALUT.

1^{re} croche. — Sauter sur le gauche en frappant la pointe droite à terre, près et devant la pointe gauche.

2^{me} croche. — Sauter sur le gauche en développant la jambe droite en 2^{me} en l'air.

3^{me} croche. — Sauter sur le gauche en frappant la pointe droite à terre, près et derrière le talon gauche.

4^{me} croche. — Sauter sur le gauche en développant le droit en 2^{me} en l'air.

Recommencer les 3 premières croches, mêmes mouvements et sur la 3^{me} croche. Poser la pointe droite à terre derrière le talon gauche, et développer le gauche en 2^{me} en l'air.

5^{me} croche. — Repos.

Mesure suivante :

1^{re} croche. — Idem que la première mesure.

2^{me} » Idem

3^{me} » Idem

Idem encore une mesure en rassemblant en 3^{me} sur la 3^{me} croche. Repos et préparation sur la 4^{me}.

Sur la mesure suivante :

1^{re} et 2^{me} croches. — S'enlever et sauter en glissant le pied droit à droite et un peu en arrière

3^{me} et 4^{me} croches. — Fouetter de la jambe gauche devant la droite en pirouettant et tomber sur le gauche en flexion, le droit développé en 2^{me} en l'air.

Mesure suivante :

1^{re} croche. — Sauter sur le gauche en frappant la pointe droite à terre, près et devant la pointe gauche.

2^{me} croche. — Sauter sur le gauche en développant la jambe droite en 2^{me} en l'air.

3^{me} croche. — Assembler en 3^{me}.

4^{me} croche. — Repos et préparation.

Répéter même chose à gauche, du pied gauche, et terminer sur la 3^{me} croche en allongeant la jambe droite en 2^{me} (préparation).

4^{me} croche. — Repos.

FINALE : AILES ET SALUT (4 mesures).

8 coups d'ailes.

Le pied droit étant en 2^{me} en l'air et la jambe gauche fléchie,

1^{re} croche. — S'enlever sur le gauche et battre le mollet droit contre le mollet gauche, ensuite battre le mollet gauche contre le droit.

2^{me} croche. — Tomber sur le pied droit en allongeant le gauche en 2^m en l'air.

3^{me} croche. — Répéter les mouvements de la 1^{re} croche, mais de l'autre pied.

4^{me} croche. — Répéter les mouvements de la 2^{me} croche, mais de l'autre pied.

NOTA. — Les 2 battements de mollets droits et gauches doivent être exécutés en l'air, sur une double croche.

Répéter encore 3 mesures, et salut final.

Marcel NEERMAN,
Danseur Professeur,
39, boulevard de Strasbourg,
Paris.



RUSS-KOFF

Danse artistique pour danseurs et danseuses comiques.

Théorie de tous les pas expliqués succinctement et en harmonie avec la musique originale des danses russes.

Par Marcel NEERMAN, professeur.
Elève de GIRAUDET.

PROMENADE (8 mesures).

1^{re} croche. — Etant en 3^{me} position, faire un battement du droit sur le cou de pied devant en sautant sur le gauche et reposer le droit à terre en 4^{me} oblique en avant.

2^{me} croche. — Rapprocher le gauche derrière le droit.

3^{me} croche. — Jeter le droit un peu en avant et à droite.

4^{me} croche. — Préparation en soulevant le gauche et en passant le poids du corps à droite.

Idem du pied gauche (1 mesure).

Répéter encore six mesures.

NOTA. — Les femmes, au lieu de 1 battement, lèvent le genou assez haut et jettent le droit (idem du gauche).

Mains à la tête et en opposition, c'est-à-dire sur la 1^{re} croche :

Main gauche à la tête, 2^{me} croche, main droite, etc.

Passage au pas suivant: « Piqué. »

Dernière croche de la 3^{me} mesure, préparation en passant bien le poids du corps à gauche et sur la mesure suivante :

1^{re} croche. — Commencer le piqué du pied droit.

PIQUÉ EN 3 TEMPS. TOMBÉ EN 3 TEMPS (8 mesures).

1^{re} croche. — Sauter sur le gauche en piquant le talon droit à droite et à terre, la pointe dirigée vers le ciel, la jambe droite tendue.

Main gauche à la tête, main droite à la hanche.

2^{me} croche. — Pointer la pointe droite à droite, talon au ciel, en sautant sur le gauche, la jambe droite pliée.

3^{me} croche. — Assembler en 5^{me} devant en sautant.

4^{me} croche. — Préparation et changement de mains.

Tombé :

1^{re} croche. — S'enlever et tomber à droite sur le droit enélevant le gauche en 2^{me} en l'air.

2^{me} croche. — Croiser le gauche derrière le droit en sautant dessus et en chassant le droit en 2^{me} en l'air.

3^{me} croche. — Assembler le droit derrière le gauche en 5^{me}.

4^{me} croche. — Préparation.

Idem à gauche (2 mesures).

Répéter encore 1 fois à gauche, une fois à droite (4 mesures).

Passage au pas suivant: « Saut Russe. »

4^{me} croche de la dernière mesure, préparation en flexion.

Mesure suivante :

1^{re} croche. — Elever le genou droit en l'air, et sauter à droite, etc.

SAUT DE CHAT RUSSE (4 mesures).

1^{re} croche. — Elever le genou droit très haut et sauter à droite sur le pied droit.

Main droite à la tête, main gauche à la hanche.

2^{me} croche. — Elever le genou gauche très haut et sauter sur le pied gauche à droite devant le droit.

3^{me} croche. — Rapprocher le droit du gauche en soulevant le talon gauche et passant poids du corps à droite.

4^{me} croche. — Préparation, flexion, changement de mains.

Idem à gauche (1 mesure).

Répéter encore 1 fois à droite et 1 fois à gauche (2 mesures).

Passage au pas suivant: « La Grenouille. »

Dernier saut à gauche.

4^{me} croche. — Préparation.

Mesure suivante :

1^{re} noire. — Plier à fond sur la jambe gauche, etc.

LA GRENOUILLE (4 mesures) avec trois changements de pieds.

1^{re} noire. — Plier à fond sur la jambe gauche et développer la droite à demi pliée sur le côté droit, la cheville touchant le parquet, corps et bras tendus à gauche.

2^{me} noire. — Prendre exactement à droite la même position en se jetant sans se relever sur la jambe droite, et en allongeant à demi la gauche. Corps et bras à droite.

Répéter encore 1 fois à gauche, 1 fois à droite, à gauche et à droite (3 mesures).

Sans arrêt, se relever, et sur la première croche de la mesure suivante assembler en 5^{me} position pied droit devant.

2^{me} croche. — Sauter en 5^{me} pied gauche devant.

3^{me} croche. — Sauter en 5^{me} pied droit devant.

4^{me} croche. — Préparation.

Passage au pas suivant : « Chassé ouvert. »

Sur la 1^{re} noire de la mesure suivante, s'enlever et tomber sur le gauche en glissant le droit, etc. . .

CHASSÉ OUVERT (4 mesures).

Première mesure :

1^{re} et 2^{me} croches. — S'enlever et tomber sur le gauche en glissant le droit en avant, oblique à droite.

3^{me} et 4^{me} croches. — Chasser le droit par le

gauche un peu à droite, et poser le gauche à gauche de suite.

Deuxième mesure :

1^{re} et 2^{me} croches. — Croiser le droit derrière le gauche en chassant le gauche en 2^{me} en l'air en sautant un peu sur le droit.

3^{me} croche. — Assembler le gauche derrière.

4^{me} croche. — Préparation.

Idem du gauche (2 mesures).

Passage au pas suivant : « Trot de Cheval en Arrière. »

Sur la 4^{me} croche de la dernière mesure du Chassé ouvert, flexion sur la jambe gauche et préparation de la droite pour le trot, c'est-à-dire soulever le genou droit à hauteur de la taille en tournant un peu la jambe à droite pour croiser le pied droit derrière le gauche, sur la 1^{re} croche de la mesure suivante.

TROT DE CHEVAL en avant et sur place (4 mesures).

1^{re} croche. — Croiser le pied droit derrière le gauche en chassant le gauche qui se soulève devant.

2^{me} croche. — S'enlever sur le pied droit en soulevant le talon et en glissant un peu en avant, pendant ce temps le gauche passe derrière la jambe droite, et sur la

3^{me} croche. — Croise derrière le droit en le chassant.

4^{me} croche. — Mêmes mouvements que pen-

dant la 2^{me} croche, mais sur le pied gauche.

Répéter 1 fois en arrière (1 mesure).

Ensuite sur place (2 mesures).

Sur place :

Croiser devant et poser le pied un peu en avant, ensuite s'enlever et glisser un peu en arrière, etc.

Les mains derrière la tête pendant le trot du cheval.

Passage au pas suivant : « Pas de Basque. »

3^{me} croche de la dernière mesure. — Croiser le pied gauche devant le droit et flexion sur la 4^{me} croche, pendant que la jambe droite s'élève en avant pliée, genou bien élevé, sauter à droite, etc. . .

PAS DE BASQUE (4 mesures).

1^{re} croche. — Elever le genou droit très haut et sauter un peu à droite sur le pied droit (Pendant ce temps, le genou gauche s'élève de même manière que le droit).

2^e croche. — Poser le pied gauche en avant, sur la gauche.

3^e croche. — Rapprocher le droit en 3^e derrière le gauche.

4^e croche. — Préparation, flexion.

Pendant le pas, les bras s'élèvent devant la poitrine et se développent latéralement (1 mesure).

Idem en partant du gauche (1 mesure).

Répéter encore deux mesures et passer aux :

PIROUETTES (4 mesures).

Quatrième croche de la dernière mesure du Pas de Basque, flexion.

Mesure suivante :

1^{re} croche. — Jeté sur le droit en arrière.

2^e croche. — Fouetté du gauche devant le droit, en posant la pointe gauche à terre.

3^e croche. — Tourner et retomber sur le gauche.

4^e croche. — Préparation, flexion.

Recommencer 3 fois encore du même pied (3 mesures).

Passage au pas suivant : « Sissonne en 3 temps balancier ».

Quatrième croche de la dernière mesure des pirouettes : flexion.

Mesure suivante :

1^{re} croche. — Sauter sur le gauche, en soulevant le droit devant et sur le cou de pied gauche, etc. . .

SISSONNE EN TROIS TEMPS BALANCIER (8 mesures).

1^{re} croche. — Sauter sur le gauche, en élevant le droit sur le cou de pied gauche, pointe basse.

2^e croche. — Sauter sur le gauche, en élevant le droit en 2^e en l'air, à droite.

3^e croche. — Sauter sur le gauche et assembler le droit derrière.

4^e croche. — Repos, préparation, flexion.

Idem en commençant du gauche (1 mesure).

Mesure suivante, Balancier.

1^{re} croche. — Sauter sur le gauche, en élevant le genou droit en avant : le pied droit vient frapper dans la main gauche (Le genou reste en l'air toute la mesure).

2^e croche. — Sauter sur le gauche ; pied droit frappe dans la main droite.

3^e croche. — Sauter sur le gauche : pied droit vient frapper dans la main gauche.

4^e croche. — Repos sur le gauche, pied droit en l'air.

Deuxième mesure :

1^{re} croche. — Sauter sur le pied droit, en levant le genou gauche en avant ; le pied gauche vient frapper la main droite (genou gauche reste en l'air).

2^e croche. — Sauter sur le pied droit ; le pied gauche vient frapper la main gauche.

3^e croche. — Assembler le droit derrière le gauche.

4^e croche. — Repos, préparation.

Répéter le tout en commençant du pied gauche (4 mesures).

Passage au pas suivant : « Pas de Russie ».

Sur la quatrième croche de la dernière mesure du « Balancier », préparation.

Mesure suivante :

1^{re} noire. — Sauter sur le droit en avant, etc...

PAS DE RUSSIE (8 mesures).

2 mesures :

1^{re} noire. — Sauter en avant sur le pied droit, en repliant la jambe gauche derrière, de manière que le pied gauche vienne frapper la main droite qui se trouve le long du corps.

2^e noire. — Idem du gauche en avant.

3^e noire. — Idem du droit —

4^e noire. — Idem du gauche —

PIROUETTES (2 mesures) :

1^{re} noire. — Glisser le pied droite à droite et flexion pour la pirouette.

2^e et 3^e noires. — Faire deux tours à droite, sur le pied droit.

4^e noire. — Assemblé en préparation.

Répéter le tout en arrière (4 mesures).

Passage au pas suivant : « Piqués pointés continus ».

Sur la dernière noire de la dernière mesure du Pas de Russie, l'on se trouve assemblé. Sans arrêt, sur la mesure suivante :

1^{re} croche. — Sauter sur le pied gauche, en piquant le talon droit à terre, en avant, la pointe du pied vers le ciel, jambe tendue, etc...

PIQUÉS POINTÉS CONTINUS (8 mesures).

1^{re} croche. — Sauter sur le pied gauche, en piquant le talon droit à terre, en avant, la pointe du pied vers le ciel, jambe droite tendue, la jambe gauche un peu fléchie.

2^e croche. — Sauter sur le pied gauche, en pointant la pointe droite à terre, en avant, talon vers le ciel et la jambe un peu pliée.

3^e croche. — Sauter sur le pied droit, en piquant le talon gauche à terre, en avant, la pointe du pied vers le ciel, jambe gauche tendue.

4^e croche. — Sauter sur le pied droit, en pointant la pointe gauche à terre, en avant, talon vers le ciel et la jambe un peu pliée. Les bras, pendant ce pas, sont allongés sur le côté, un peu plus bas que les épaules, s'abaissent et se soulèvent, aidant ainsi le passage d'une jambe à l'autre.

Répéter encore 3 mesures en avant.

Ensuite, quatre mesures en arrière, en allongeant bien la jambe en arrière.

Passage au pas suivant : « Sissonne en 7 temps ».

Sur la quatrième croche de la dernière mesure du Piqué pointé, on se trouve sur le pied droit, la pointe gauche à terre, en arrière. Sans arrêt, sur la mesure suivante :

1^{re} croche. — Sauter sur le pied gauche, en frappant le pied droit à terre, à plat, un peu à droite.

SISSONNE EN 7 TEMPS (4 mesures), frappé devant.

Première mesure :

1^{re} croche. — Sauter sur le gauche, en frappant le droit à terre, un peu à droite.

2^e croche. — Sauter sur le gauche, en élevant le pied droit, pointe basse, devant le gauche.

3^e croche. — Sauter sur le gauche, en ramenant le pied droit derrière le gauche et en l'air (petit battement).

4^e croche. — Sauter sur le gauche, en développant le droit en 2^e en l'air.

Deuxième mesure :

1^{re} croche. — Sauter sur le droit, en chassant le gauche en 2^e en l'air, à gauche.

2^e croche. — Croiser le gauche, en sautant dessus, derrière le droit, en chassant le droit en 2^e en l'air, à droite.

3^e croche. — Sauter et assembler.

4^e croche. — Repos, préparation, c'est-à-dire flexion.

Recommencer le tout de l'autre pied (2 mesures).

NOTA. — En faisant ce pas, on doit faire du chemin à droite, en commençant du pied droit.

Idem à gauche.

Passage au pas suivant : « Ecart Russe ».

Sur la quatrième croche de la dernière mesure des Sissonnes, préparation.

Mesure suivante :

1^{re} noire. — Plier à fond sur le pied gauche et développer le droit sur le côté, etc...

DEMI-ÉCART RUSSE (8 mesures).

1^{re} noire. — Plier à fond sur le pied gauche, en développant l'autre en avant, le talon à terre, la pointe vers le ciel.

2^e noire. — Répéter de l'autre pied.

Répéter encore trois mesures en avant, à droite.

Quitter la scène en continuant le pas et en regardant le public à droite (4 mesures).

NOTA. — En faisant le demi-écart, les bras sont allongés latéralement, se soulèvent et s'abaissent pour aider le changement de jambe.

MARCEL NEERMAN,
Danseur-Professeur,
39, Boulevard de Strasbourg,
PARIS.



BOLÉRO MONDAIN (Abrégé d'un)

Avec castagnettes ou tambour de basque
Ou cavalier les castagnettes et dame le
tambour

E. GIRAUDET

1^o 8 mesures. — PROMENADE. — Le cavalier derrière sa dame. Ils font une entrée avec la marche espagnole un peu déhanchée, le bras droit à demi plié allant et venant, la main gauche fixée à la cape.

2^o 8 mesures. — Ils tournent autour l'un de l'autre en se regardant, avec le *pas bourré* (un pied chasse l'autre continuellement).

3^o 8 mesures. — Glissés de chaque côté. Cavalier et dame en face l'un de l'autre glissent un pied en tirant l'autre (4 fois de chaque côté).

4^o 8 mesures. — Coups de tambour en tous genres. En face l'un de l'autre.

Ils avancent et reculent en frappant le tambour dans les mains, sur le coude, sur la tête, sur les genoux, dessous les jambes, en les levant l'une après l'autre.

Sur les pieds, de même, les mains derrière le dos, devant soi, derrière la tête, etc.

5^o 8 mesures. — BALANCÉS. — Cavalier et dame en face, 1/4 de tour à droite et à gauche,

genre boston américain sur place, pirouette, répéter.

6^o 16 mesures. — MANÈGE. — Cavalier tourne sur place en pas tournés des quadrilles. Dame marche autour de lui (Cavalier tourne dans un sens et dame dans l'autre). Répéter en intervertissant les rôles.

7^o 16 mesures. — Dame un genou à terre, se contorsionne par des mouvements du buste, dans des poses artistiques et esthétiques. Pendant ce temps, le cavalier va et vient, tourne sur place, il la salue, lui tend la main pour l'aider à se relever, ils saluent le public et se retirent.

E. GIRAUDET,
39, boulevard de Strasbourg,
Paris.



COMÉDIES

Les Finesses de Landremol

La Scène se passe dans la salle à manger
du Commandant Renardeau.

PERSONNAGES

Le commandant Renardeau.

Le capitaine Boicendré.

Madame Renardeau.

Juliette, bonne du capitaine.

Landremol, ordonnance du commandant.

Scène I

Madame Renardeau, puis Landremol

Mme Renardeau (appelant). — Landremol !... Landremol !... Il est sourd ce garçon-là... (rangeant des objets qui traînent). Et quel ordre dans son service !... depuis qu'il est ici, je me donne un mal de tous les diables !... Landremol !... Landremol !...

Landremol (baillant, un plumeau à la main). — Voilà !... Madame !... Voilà !... Voilà !...

Mme Renardeau. — Dépêchez-vous donc !... Que signifie cette allure de tortue ?... Vous savez bien que nous recevons aujourd'hui le capitaine Boicendré.

Landremol. — Je le sais, maintenant que vous l'avez dit... Tout est prêt pour le recevoir.

Mme Renardeau. — Comment, tout est prêt?... il vous reste seulement à aller chercher de quoi déjeuner, à descendre à la cave, à mettre la table... Et vous prétendez que tout est prêt ?

Landremol. — Ne vous inquiétez pas, Madame, tout le sera (*il s'assied*).

Mme Renardeau. — Pas en commençant de la sorte... Allons, remuez-vous, je vais préparer une liste des commissions... organisez tout ici en attendant... (*Elle sort*).

Scène II

Landremol, seul

Elle est pressée la commandante!... A quoi bon!... Moi, cela m'est égal que nous recevions le capitaine Boicendré!... (*Il se lève*). Et l'on appelle ce métier-là le service de la patrie!... Quand j'étais à la compagnie, on me faisait balayer la chambre, faire les lits, cuisiner et astiquer... J'avais cru que, chez un commandant, le service militaire serait plus relevé!... Mais c'est toujours balayer, cuisiner, astiquer.

Scène III

Landremol, le capitaine

Le capitaine. — Bonjour, mon garçon!...

Landremol (saluant militairement). — Bonjour, mon commandant!...

Le capitaine. — Tu sais bien que je ne suis que capitaine, imbécile!...

Landremol. — Cela m'est égal. Mon opinion est que vous méritez le quatrième galon.

Le capitaine (frisant sa moustache, à part). — Il est intelligent ce garçon-là!... (*haut*). Dis-moi, mon garçon, tu sais que je déjeune ici aujourd'hui; aussi, ma bonne viendra te donner un coup de main.

Landremol (jouant l'étonnement). — Vous déjeunez ici aujourd'hui?... c'est la première nouvelle.

Le capitaine. — Comment? Le commandant ne t'en a pas prévenu?

Landremol. — Ah! pour ça non qu'il ne m'a pas prévenu.

Le capitaine. — Alors, c'est la commandante qui t'en a informé?

Landremol. — Vous confondez, mon commandant; la commandante me disait, ici même, il n'y a qu'une minute, je suis enchantée d'aller aujourd'hui, avec mon mari, déjeuner chez le capitaine

Boicendré ; cela te reposera, mon pauvre Landremol. Tu travailles vraiment trop ici.

Le capitaine. — Es-tu bien sûr de cela ?...

Landremol. — Aussi sûr que de vous voir, mon commandant.

Le capitaine. — Et moi qui ai donné rendez-vous ici à ma bonne !... Quelle gaffe j'allais commettre !... Courons vite tout préparer pour recevoir le commandant. (*Il sort précipitamment*).

Scène IV

Landremol, puis le commandant Renardeau

Landremol (s'asseyant). — De cette manière, je pourrai goûter quelque tranquillité... Si je dormais pendant un petit quart d'heure ?... oui, c'est cela ; je vais rêver à Juliette, ma douce fiancée... Cela pourrait bien la faire arriver plus tôt... là !... Comme on est bien ainsi !... (*Il s'endort et se met à ronfler*).

Le commandant Renardeau. — Quel est ce bruit ?... On dirait le roulement du tonnerre !... (*Apercevant Landremol endormi*). Tiens ! c'est cet animal-là ?... J'ai une furieuse envie de lui casser les reins. (*Il le prend par une oreille*). Eh bien, mon gaillard !...

Landremol. — Tu me fais mal, imbécile !... On garde pour soi ces blagues-là !...

Le commandant Renardeau. — Qu'est-ce que c'est, maroufle !... tu te permets de m'insulter ?...

Landremol (saluant militairement). — Ah ! mille pardons, mon colonel !... Je rêvais à Juliette et je croyais que c'était elle.

Le commandant Renardeau. — Juliette ?... qu'est-ce que c'est que cela ?...

Landremol. — C'est ma fiancée, mon colonel.

Le commandant Renardeau. — Tu sais bien que je ne suis que commandant..., idiot !...

Landremol. — Qu'importe ?... puisque vous méritez le cinquième galon, et même les étoiles.

Le commandant Renardeau (frisant complaisamment sa moustache). — Allons ! c'est bon ! c'est bon ! (*A part*). Il est intelligent ce garçon-là !... (*haut*). C'est ainsi que tu dors, animal !... lorsque nous attendons le capitaine Boicendré pour déjeuner ?...

Landremol. — Vous faites erreur, mon colonel !... c'est le capitaine qui vous attend !...

Le commandant Renardeau. — Que me racontes-tu ?...

Landremol. — L'absolue vérité, mon colonel !... le capitaine sort d'ici, il venait renouveler son invitation.

Le commandant Renardeau. — Je croyais... il me semblait bien que... mais du moment que

c'est ainsi, je me rends à l'évidence... Tiens, va m'acheter le *Petit Journal* (*Landremol sort*).

Scène V

Le commandant Renardeau, M^{me} Renardeau

M^{me} Renardeau (criant). — Landremol!... Landremol!... Que fait donc ce garçon-là?... Quel lambin!... mon déjeuner ne sera jamais prêt... Landremol!... Landremol!...

Le commandant Renardeau. — Là! Là! ma chérie!... ne t'époumonnes pas ainsi!... Je viens d'envoyer Landremol chercher mon journal.

M^{me} Renardeau. — Voilà qui est trop fort!... Vous lui faites perdre son temps un jour où nous avons du monde.

Le commandant Renardeau. — Tu fais erreur, ma chérie... nous allons, au contraire, déjeuner en ville!...

M^{me} Renardeau. — Par exemple, voilà qui est trop fort; nous allons déjeuner en ville?...

Le commandant Renardeau. — Mais oui, parfaitement; Landremol m'a affirmé que le capitaine est venu ce matin renouveler son invitation!... Tu comprends il s'agit d'être exact.

M^{me} Renardeau. — Voilà qui est singulier!... enfin, puisque le capitaine est venu... puisque

vous affirmez qu'il compte sur nous; je veux bien ne pas vous contrarier!

Le commandant Renardeau. — Oui, ma chérie, c'est convenu... moi je prends les devants... Tu m'apporteras mon journal... (*Il sort*)

Scène VI

M^{me} Renardeau, puis Landremol

M^{me} Renardeau. — Il me semblait pourtant qu'il avait été convenu avec M. Boicendré que nous l'aurions aujourd'hui à déjeuner... Mais puisque Landremol affirme avoir vu le capitaine. (*Landremol entre tenant une feuille de journal pliée en deux*). Ah! vous voilà! est-il vrai que le capitaine est venu nous inviter à déjeuner?...

Landremol. — Madame, c'est aussi vrai que la vérité elle-même... Le capitaine est venu spécialement ce matin... Il compte sur vous pour midi.

M^{me} Renardeau. — Alors il ne me reste que le temps de filer!... Qu'apportez-vous donc là?...

Landremol. — C'est le journal pour mon colonel.

M^{me} Renardeau. — Mais il n'y a qu'une feuille (*Lui retirant le papier*) Vous l'avez donc coupé?

Landremol. — Le colonel m'a dit: « Tu prendras le *Petit Journal*! » Comme ils étaient tous plus

grands les uns que les autres, j'ai pensé que la moitié suffirait.

Mme Renardeau (froissant le papier, sort en le jetant à la figure de Landremol). — S'il est permis d'être idiot à ce point!

Scène VII

Landremol, puis Juliette

Landremol. — Elle me trouve idiot!... pour un idiot, s'être débarrassé d'eux en si peu de temps, n'est peut-être pas si bête!... Quel dommage que je ne sois pas en train; et Juliette qui va arriver!... Je me sens tout courbaturé... décidément ça ne va pas du tout... Tiens!... J'ai une idée... on disait l'autre jour, chez mon professeur de danse que la danse est la meilleure des médecines!... Si j'en essayais un peu... (*Il fait des mouvements de bras*) un... deux... trois... quatre!... mon professeur dit que cela dégourdit les muscles, un... deux... trois... quatre!... on appelle cela de la gymnastique danse... un... deux... trois quatre!...

(*Juliette entre avec un panier; courant la débarrasser avec empressement*). — Vous arrivez fort à propos. J'en allais être réduit à danser tout seul.

Juliette. — Vous pensez à danser, lorsque vos maîtres reçoivent le mien à déjeuner.

Landremol. — Ils reçoivent?... Ah! oui! (*à part*) comment la retenir?

Juliette. — Mais oui, c'est pour cela que le capitaine m'a recommandé de me trouver ici vers midi pour vous donner un coup de main.

Landremol. — C'est inutile; le commandant, sa femme et le capitaine sont allés déjeuner au restaurant.

Juliette. — En voilà une drôle d'idée.

Landremol. — Cela se fait beaucoup aujourd'hui... C'est pour éviter de salir la vaisselle. Vous voyez que j'avais raison de danser; allons, en place pour le pas de quatre... un... deux... trois... quatre!... (*Ils dansent*) Ah! cela va déjà mieux!

Juliette. — Vous étiez donc malade?

Landremol. — L'émotion et le plaisir de vous recevoir m'avaient tout bouleversé (*Ils continuent à danser le pas de quatre*) Cela va tout à fait bien maintenant..

Juliette. — Puisque nous sommes libres, une bonne petite promenade achèverait la guérison.

Landremol. — Une promenade avec vous, je la prolongerai volontiers jusqu'au Sénégal... Où dirigerons-nous nos pas?

Juliette. — Au bois de Vincennes; j'adore ses lacs et ses vertes pelouses ombreuses (*La danse cesse*).

Landremol (chantant)

En route pour le bois.
Ses ombrages m'enchantent.
Mon bonheur est d'un roi
Et vous êtes charmante.

Quand je la cherche en vos beaux yeux.
Qui disent au cœur tant de choses,
La vie me semble un coin des cieux
Et m'apparaît couleur de rose !

Juliette

Chantez, gai rossignol !
Que ne suis-je fauvette ?
Ah ! Monsieur Landremol,
Je sens mon cœur en fête !...

Puisque bientôt devant l'autel
Sous votre bras, il faut que j'aïlle,
Que brillent, bonheur éternel,
En ce beau jour nos fiançailles.

Ensemble

Combien l'hymen est doux
Entre deux cœurs qui s'aiment.
Marchons, jeunes époux,
Avec pour diadèmes
Les chants, la verdure et les fleurs ;
Bosquets ombreux, eaux murmurantes,
Aux mystères de vos silences.
Nous confions notre bonheur.

E. GIRAUDET.

LA BOURRÉE DES QUATRE AUVERGNATS

Scène, musique et chorégraphie de E. GIRAUDET

PERSONNAGES

Castagna père. — Marquis de la Broche.

Castagna fils. — de la Baudrillard.

Beroucha mère. — M. de la Rousse-Kaya.

Beroucha fille. — E. de la Rousse.

Castagna père (entrant). — Salut à toute la société... à vous tous, Mesdames, Messieurs, et même aux Auvergnats.

N'avez-vous pas vu mon fils ?... Je cherche ce garnement dénaturé pour lui présenter la fille de mon amie, la mère Bérouchat, mais ce bougre de galapia ne vient pas...

Quelle bonne bourrée nous aurions dansée pour rapprocher les enfants, parce que je dois vous dire que la Béroucha veut bien de mon fils pour gendre...

Ah ! voilà justement mon Castagna !

Castagna fils (entrant). Il est un peu en état d'ébriété.
— Bonjour mon papa !...

Le père. — Te voilà galapia !... d'où viens-tu dans cet état ?

Le fils. — Je viens de boire une pinte de bon vin... bougri... le piccolo c'est le lolo des Auvergnats... fouchtra !...

Le père. — Mauvais sujet... tu fais rougir mes cheveux blancs, il faut te marier.

Le fils. — Dites donc, papa, vous voulez donc que je sois bigame.

Le père (sortant). — Ah ! tiens... tu es un mauvais fils... je suis furieux, prends garde de me pousser à bout...

Le fils. — Pauvre père, cela me fait de la peine de le contrarier, mais aussi quelle rage a-t-il de vouloir me marier... sans me consulter... d'abord... je dois vous avouer que mon cœur est pris... Une jeunesse... une fille superbe rencontrée au bal-musette y règne en souveraine... Si jamais je passe devant M. le Maire... je veux que ce soit avec elle.

M^{me} Béroucha. — Bonjour, monsieur Castagna, je croyais trouver votre père ici.

Le fils. — Il s'y trouvait à la minute, mais il est parti fort mécontent.

M^{me} Béroucha. — Mécontent, le jour où nous avions projeté de danser ensemble la bourrée... et de vous fiancer à ma fille.

Le fils. — Vous m'en voulez donc aussi, vous... je ne veux pas me marier...

M^{me} Béroucha. — Si vous saviez comme elle est jolie... et bonne et adroite pour la cuisine.

Le fils. — Sait-elle bien préparer... le vin chaud ?...

M^{me} Béroucha. — Elle sait coudre et écrire une lettre quand on lui en prépare le brouillon.

Le fils. — Connait-elle bien l'art de soigner le vin nouveau ?

M^{me} Béroucha. — Vous voulez me faire croire comme vous avez déjà persuadé à votre père que vous n'aimiez qu'à boire, mais je ne suis pas votre dupe... je persiste à penser que vous ferez un bon mari et je veux vous appeler mon gendre dans quelques semaines.

Le fils. — Alors vous pouvez attendre celle des quatre jeudis.

(Il sort par la gauche au moment où arrive par la droite M^{lle} Béroucha).

M^{me} Béroucha (seule). — Le sacripan... heureusement que je n'avais encore rien dit à ma chère enfant... précisément la voici...

M^{lle} Béroucha. — Bonjour maman.

M^{me} Béroucha. — Bonjour mignonne... n'as-tu jamais pensé à te marier ?...

M^{lle} Béroucha. — Pourquoi cette question ?

M^{me} Béroucha. — Parce qu'il serait temps d'y penser.

M^{lle} Béroucha. — Ah !... maman, cela ne presse pas.

Mme Béroucha (à part). — Eh bien elle prend bien la chose, (*s'adressant à sa fille*). — Bien, mon enfant, attends-moi... je reviens dans un instant (*elle sort*).

Mlle Béroucha (seule). — Me marier... cela dépend avec qui... telle que vous me voyez... j'ai un fiancé que je rencontre tous les jeudis au bal musette de la mère Bidancha... je lui ai promis mon cœur... et ma main, et je n'appartiendrais jamais à un autre.

Castagna fils. — Mademoiselle, quel plaisir de vous rencontrer... je vous cherchais pour demander votre main.

Mlle Béroucha. — La voilà, c'est tout ce qu'il vous faut ?...

Le fils Castagna (en l'embrassant). — Il me faut ton cœur, ta vie et tout ce qui s'en suit... on veut me marier, et je n'aurai jamais d'autre épouse que toi.

Mlle Béroucha. — C'est ce que je disais moi-même à l'instant...

Le père Castagna et la mère Béroucha entrant, demeurent stupéfaits devant leurs enfants enlacés.

Ensemble. — Fouchfra !... Qu'est-ce que je vois ? ..

Le fils. — Père, je vous présente la fiancée de mon choix.

Le père. — C'est parfait, puisque c'est elle que te réservait mon affection.

La fille. — Maman... vous me rapeliez il n'y a qu'une minute que je suis en âge de me marier, ... voici mon mari.

Mme Bérouchat à Castagna. — Ah ! sournois... qui prétendiez que cela ne marchait pas.

Le père Castagna. — Ma foi, le garçon prend maintenant celle qu'il refusa, je n'y comprends... mais puisque tout est bien, je vous propose une bourrée... générale et vive l'Auvergne !... Fouchtra.

Tous. — Vivent l'Auvergne et les Auvergnats !... Fouchtra !

En avant la bourrée, youp... les Béroucha !... youp les Castagna !...

La danse commence et se termine par la demie valse d'Auvergne.



LA PERRUQUIÈRE

PANTOMIME-DANSE

PERSONNAGES

M^{me} Durasoir, femme du coiffeur.

M. Durasoir, son mari.

M. Savoneux, client, beau-père du coiffeur.

M^{me} Savoneux, belle-mère du coiffeur.

M. Delacoupe, amant de la perruquière.

M. Blaireau, ami de la maison.

Jean, domestique.

Tous les personnages exécutent leur rôle en dansant.

Scène I

Le mari et le domestique, porteurs des accessoires professionnels, arrivent en valsant et bostonnant et se préparent à raser la clientèle.

Le beau-père se présente et manifeste le désir d'être rasé. Il s'installe dans le fauteuil.

Le mari commence l'opération. Soudain son beau-père lui fait comprendre qu'il ne paiera pas. Pourquoi, mime le coiffeur. Parce qu'il est horriblement gratté et que son rasoir est une faux à racle les cochons, explique le beau-père.

— 3399 —

Le mari après une discussion assez vive, le laisse à moitié rasé et le coiffe du plat à barbe.

La belle-mère entre, et voyant son mari dans cet état, accable son gendre d'injures. Elle va jusqu'à le menacer de lui enlever sa femme.

Elle se retire avec son mari à qui elle promet l'achèvement de sa barbe chez eux à meilleur marché.

Arrivent la femme et l'amant déguisés en trimardeurs. *M^{me} Durasoir* et *M. Delacoupe* sont méconnaissables. Ils ont chacun un petit paquet au bout d'un bâton. Ils désirent faire mettre un peu d'ordre dans leur coiffure et rafraîchir leur toilette très fatiguée par un séjour dans un bal voisin.

Le service fini, l'amant laisse entendre qu'il paiera un autre jour. Cette attitude provoque une dispute générale. Tout se calme, lorsque *M^{me} Durasoir*, dont le coiffeur ignore complètement les fredaines pas plus que sa présente identité sous son déguisement, explique que tout se règlera ensemble, s'il voulait bien accepter un tour de valse avec elle pour convenir d'un rendez-vous.

Pendant que le mari et la femme valsent ensemble, *M. Blaireau*, l'ami de tout le monde, découvre le pot aux roses et se met en devoir de le dévoiler. Il mime que *M.* et *M^{me} Durasoir* valsent à ravir.

Le mari est furieux de cette désagréable mésaventure, en reconnaissant sa femme dans cette bohémienne. Sa femme, désireuse de se faire par-

donner, se met avec lui pour tomber à bras raccourcis sur l'amî qui se sauve dans toutes les directions. Au même moment le beau-père et la belle-mère font irruption dans la pièce et sont renversés par la course folle de M. Blaireau et de ses poursuivants.

Furieux de cette réception, ils se joignent à leurs enfants pour caresser les reins du malheureux *Blaireau*.

Quand tout est calmé, le mari demande à sa femme l'explication de ce déguisement.

La femme avec beaucoup d'adresse, expose qu'elle a accepté l'aide de *M. Delacoupe*, pour mettre sa fidélité à l'épreuve.

Le mari trompé fait de plates excuses à sa femme ; il regrette d'avoir accepté un rendez-vous d'une femme qu'il ne connaissait pas et se déclare très content du pardon que lui accorde sa rusée moitié.

Tout se termine par une valse individuelle que tous exécutent en imitant avec les mains, les bras, les jeux de tous les mouvements qu'entraînent la barbe, la coupe des cheveux, le nettoyage, en un mot le service complet de M. et M^{me} Durasoir.

Cette pantomime-danse s'exécute sur toutes les partitions de valse et de boston. Elle peut s'agrémenter d'une foule d'improvisations aussi amu-

santes pour celui qui les combine que pour ceux qui en suivent l'exécution.

Les parfaits valseurs et bostonneurs pourront seuls se permettre d'aborder l'exécution de cette pantomime, où tout doit se figurer en dansant ou en évoluant sur place. Les barbifiés eux-mêmes doivent cadencer leur attitude de mouvements valsés en soulignant les coupes de cheveux et barbe, ainsi que les coups de fer, de brosse, etc.

Il suffira que l'on prépare cette pantomime-danse d'avance en la faisant répéter deux ou trois fois, lorsqu'on voudra la faire représenter. On ne saurait trop recommander le costume à chacun et surtout de bien se faire la tête convenant à chaque rôle.



RECUEIL

de quelques

PRÉCEPTES, MAXIMES, AXIOMES,

APHORISMES & PENSÉES

par lettres alphabétiques

des Hommes Illustres et Autres

SUR LA DANSE

par E. GIRAUDET

RÉCUEIL

de quelques Préceptes, Maximes, Axiomes

Aphorismes et Pensées

Le bal est un champ de bataille où les feux des ceillades, le parfum des fleurs et le sourire des femmes font plus de victimes que la mitraille.

Mais ici ce sont les vaincus qui s'attribuent profit, plaisir et victoire.

ALEXANDRE DUMAS.



Rien n'est plus beau qu'un couple de danseurs. Au bal, l'habit fait le moine. Pour lancer les modes, il n'y a rien de tel que la danse.

PAUL AMIEL.



La danse n'est pas seulement le meilleur moyen de réchauffer le corps, rien ne peut lui être comparé pour enflammer les cœurs : Pour plaire il faut savoir danser.

ALPHONSE XIII.



BEAUMARCHAIS, pour souligner le grand cas qu'on fit, en tout temps, des danseurs, mit sa célèbre

boutade dans la bouche de son spirituel barbier :
« *Il fallait un calculateur, se fut un danseur qui l'obtint* ». (Mariage de Figaro, acte V, scène III).



18 juin 1816. — Mariage à l'église Notre-Dame de Paris du Duc de Berry avec la princesse Caroline de Bourbon, fille unique de François, roi des Deux-Siciles. Bals et fêtes.



La danse a été l'expression d'un état d'âme ; elle est devenue l'expression d'un état social.

Montre-moi comment tu dances, jete dirai ce que tu es.

La danse est une trêve galante à la tyrannie des convenances.

La danse est aux gestes ce que la poésie est à la prose.

Les impotents médisent de la danse.

Les trois plus belles choses qu'il y ait au monde sont : le cheval au galop, le navire à la voile, la femme à la valse.



Les manières deviennent des façons quand elles sont affectées.

BEAUZÉE.



11 Août 1837. — Naissance à Limoges de M. Carnot, Président de la République, assassiné à Lyon.

Il avait été élève de Polytechnique et bon danseur à l'école.



Pour plaire, il faut savoir danser.

L'homme commun sépare la théorie du talent et se range avec la multitude ; l'homme de génie les réunit, et s'élève jusqu'au sublime.

Ceux qui se moquent des autres font preuve d'une mauvaise éducation et sont généralement sots.

La personne intelligente et bien élevée est indulgente et bienfaitrice.



31 Août 1786. — Naissance à Angers de M. Chevreul, membre de l'Institut et de l'Académie des Sciences, qui mourut le 9 avril 1889, à l'âge de 103 ans. Il était un fervent de la danse.



La danse est un trésor pour tous, et beaucoup ne jouissant pas d'une bonne santé, qui en connaîtraient tout le bonheur s'ils dansaient.

La danse rapproche les deux sexes et a conduit ainsi les hommes à adoucir la rudesse de leurs manières ; elle a créé la politesse, l'urbanité, le bon ton et l'élégance ; elle a introduit enfin dans la société ces usages affables et gracieux qui ont porté si haut, dans toute l'Europe, le renom de la galanterie française.

La danse démontre bien le rôle que chacun doit tenir ici-bas.

*
**

Si l'on en croit les maîtres, les règles de la danse se sont bien mieux conservées dans le peuple que parmi les danseurs des grands bals mondains.

*
**

Un médecin a déclaré que si chaque personne consacrait vingt minutes aux exercices physiques de la danse, la plupart des gens pourraient atteindre soixante-dix ans sans un jour de maladie, et peut-être prolonger leur vie jusqu'à cent ans.

CHEVREUL.

*
**

Au bal. — Oh ! mademoiselle, je vous ai vue bien souvent. . .

— Où donc ?

— Dans mes rêves !

— En ce cas, monsieur, vous avez dû y voir aussi maman, car je ne vais nulle part sans elle.

*
**

A la noce de Boireau. — Me ferez-vous l'honneur d'en suer une ?

— Merci, monsieur. . . je ne *quinche* pas !. . .

*
**

La bonne cuisinière. — C'est étonnant, quand j'ai fait danser l'anse du panier plus que d'habitude, faut que que j'me repose un peu. . .

Dictionnaire comique. — KHAN. — Chef d'une secte persane composée de danseurs. Nom donné à leurs danses : Danser le *Khan-Khan* : le Khan parle en dansant et comme il est sujet du Shah, le Khan dit : *Raton*.

*
**

La danse assure une robuste constitution et une inaltérable bonne humeur. Je danse et fais danser mes matelots matin et soir.

CAPITAINE COOK.

*
**

La danse donne de l'activité aux personnes qui tendraient à devenir impotentes.

La danse donne de l'appétit, fait maigrir tout en augmentant de poids, car elle renforce les muscles en faisant disparaître la graisse.

La danse conserve la gaité et par cela même empêche de vieillir.

*
**

Une jeune fille à sa mère.

— Emmène-moi au bal, dis. . .

— Non, tu es trop petite, et puis tu ne sais pas danser.

— Avec ça !. . . Je sais mieux que toi ; je t'ai vue, l'autre jour, il faut toujours quelqu'un pour te tenir.

Quand le soleil couchant sur les flots se balance,
Quand la guitare au lointain conduit gaiement la
[danse,
Et du pied bondissant mesure chaque pas
Que la danse du soir a de grâce et d'appas!

DESBORDES-VALMORE.

*
**

La danse des reines est le menuet, en même
temps que le menuet est la reine des danses.

La danse est le nid du poète. . .

La danse réchauffe et stimule tous les êtres.

*
**

Avant le bal. — Un jeune homme, au moment
d'entrer dans la vie, prend conseil d'un vieux vi-
veur.

— De quoi faut-il parler à sa danseuse ?

— De sa beauté.

— Mais si elle n'est pas belle ?

— De la laideur des autres.

*
**

La danse est un sport hygiénique que j'aime
beaucoup, puisque j'ai protégé la *Véleta* et la *Pa-
vane mondaine*.
EDOUARD VII.

*
**

La danse est un art que chacun doit cultiver, et
à la perfection de son étude on reconnaît les per-
sonnes de bon ton.

La danse remet les esprits chagrins ou moroses.
Elle est le vrai remède contre les cauchemars.

La danse réveille la gaiété chez les peuples anéan-
tis par la lutte.

La danse chasse la tristesse du foyer.

La danse est en honneur chez tous les peuples.

Il est incontestable que la « Danse » est la seule
joie de l'humanité dolente, quels que soient son
épiderme ou sa langue, et que le meilleur des rois,
blancs, noirs, jaunes, rouges ou cuivrés, serait ce-
lui dont la charte proclamerait l'éternité du bal
dans ses Etats.

*
**

19 Mai 1643. — Bataille de Rocroy gagnée par le
duc d'Enghien, à peine âgé de 24 ans, sur les Es-
pagnols. L'on dansa en cet honneur au camp et en
ville.

*
**

Les peuples se perdent par leur ambition en né-
gligeant la danse et la société.

*
**

4 Juillet 1530. — Mariage de François I^{er} avec
Eléonore, sœur de Charles-Quint. De somptueux
bals sont donnés au Louvre.

*
**

La danse permettant de se rendre agréable et
utile en soirée, en donne aussi, par cela même, le

moyen d'y faire bonne figure et d'y être très recherché.

La danse est l'auxiliaire nécessaire de celui qui veut étudier les passions humaines.

La danse entretient la mémoire et en facilite le développement.

La danse calme les exubérants.

*
*
*

La danse, écrit Fourcaud, est presque tout ici bas. C'est elle qui nous enseigne l'élégance, la dignité, la mesure, l'égalité d'humeur. Elle nous apprend à souffrir sans grimace, à être héroïque sans ostentation, à faire prévaloir en tout, par notre tenue exquise, notre parfaite éducation personnelle et sociale : saluez donc le maître à danser. C'est le maître par excellence, et saluez la danse elle-même, dont Molière n'a pas hésité à écrire : « La danse est une science, Monsieur — une science à laquelle on ne saurait faire trop d'honneur ».

FOURCAUD.

*
*
*

Dans une soirée mondaine, une vieille dame, horrible à voir, dit à un jeune invité :

— Voulez vous danser avec moi une valse à trois temps ?

— Pardon, madame, répond le jeune homme, la valse n'a qu'un temps.

*
*
*

Sait-on que l'empereur François-Joseph d'Autriche, qui fut dans sa prime jeunesse un acharné

danseur de cotillon, est l'inventeur de plusieurs figures de cette danse, aujourd'hui universellement adoptées ? On lui doit notamment l'invention de la figure des bouquets pour les dames et des nœuds pour les messieurs.

*
*
*

Notre civilisation chemine lourdement, elle n'a pas la légèreté des pas rythmiques.

THÉOPHILE GAUTHIER.

*
*
*

La décroissance des mariages et, par suite, la dépopulation, seraient enrayées si les jeunes gens préféreraient le bal et moins les cabarets.

GEORGES V.

*
*
*

La danse est utile dès l'âge le plus tendre ; voulant qu'on apporte d'abord tous ses soins à perfectionner le corps avant de s'occuper de l'esprit, je considère la danse comme un exercice qui commencera par embellir le corps, qui conduira ensuite à la vertu puisqu'il apprendra à modérer la joie et à vaincre la colère, la timidité et la mélancolie qui sont, selon moi, une passion des plus dangereuses et deux travers des plus gênants.

GIRAUDET.

*
*
*

La danse, c'est le meilleur médecin. On danse

et l'on conduit sa danseuse avec les muscles, on la fait tourner avec les poumons.

E. GIRAUDET.

*
**

La danse est un stimulant énergique ; elle éveille et affine l'esprit. Avec l'aide de la musique, elle est au danseur ce que le coup de fouet est au cheval.

E. GIRAUDET.

La simplicité n'est pas un mérite vulgaire ; il faut en avoir beaucoup pour avoir celui-là.

M^{me} DE GENLIS.

*
**

— Décidément, il n'y a plus dans tout le corps de ballet que des danseuses de plus en plus maigres !...

— C'est la crue des os.

*
**

Mes bons conseils. — Voulez-vous sortir parmi les premiers aux examens de fin d'année ? Oui, n'est-ce pas ? Lisez alors attentivement ce que pensaient de la danse quelques-unes de nos illustrations. Suivez les bons conseils qui se dégagent de leurs avis et vous réussirez.

Voici d'abord l'opinion d'un de vos anciens qui quitta l'Ecole avec le n° 1 : « Le plaisir de la danse

fait trouver le travail meilleur ! Elle repose le cerveau des études, donne de l'aisance et prépare à passer de brillants examens ». X...

*
**

On court et on galope la danse avec son cœur. On résiste à la fatigue avec son estomac. On achève une longue valse, par la volonté, avec son cerveau.

E. GIRAUDET.

*
**

Influence moralisatrice de la danse. — La danse n'est pas qu'un jeu ; la danse n'est pas qu'une gymnastique. La danse est aussi, ou devrait être un exercice spirituel.

C'est du moins l'avis de M. Giraudet, qui préside une « académie » : celle des « auteurs, maîtres et professeurs de danse ». Il est aussi conférencier, et tout récemment, devant un auditoire de chorégraphes des deux sexes, il a parlé avec éloquence.

Son discours sur la danse commençait ainsi : « De l'éducation de la jeunesse dépendent les vertus sociales ». Car ce conférencier est un danseur qui philosophe ou si l'on veut un philosophe qui danse. Chacun de ses « pas » lui suggère une idée ; un raisonnement, pour lui, c'est un entrechat, le tour de valse, un syllogisme.

Aussi prépare-t-il « une grande méthode d'enseignement d'éducation physique qui sera comme le guide de la vie ». Et il conclut :

« Voilà, mesdames et messieurs, un vaste et utile

programme que nous pourrions étudier plus tard et surtout appliquer en détail. Nous combattrons ainsi efficacement les fausses doctrines, les mauvais penchants, et surtout les idées injustifiées de grandeur engendrant la paresse, mère de tous les vices. Les professeurs de chorégraphie ne peuvent rester sourds à mon appel. Ils comprendront qu'il y a là un beau rôle à jouer et une très utile besogne à accomplir. Ils sont plus que personne aptes à la mener à bien, car ils savent que ce programme, malgré l'étendue du plan ci-dessus, n'a rien qui puisse leur paraître insurmontable. Il tient tout entier dans un mot : Education ».

Notre conférencier aurait fort surpris un paysan languedocien qui, philosophant lui aussi, à sa manière, tandis que des couples enlacés tournoyaient un jour de fête, dans la cour de sa métairie, prononça lentement :

A y regarder de près, danser, c'est remuer un pied plus vite que l'autre.

Journal le *Temps*.

*
**

27 Avril 1867. — Première représentation à Paris de Roméo et Juliette, opéra de Gounod où se distingua Mme Miolan Carvalo. Le ballet fit sortir de nombreuses danseuses de talent.

*
**

La danse délasse des fatigues et des ennuis de la journée.

La danse remplace les idées noires par la plus franche gaieté.

La danse fait disparaître l'atonie et la remplace par la vigueur et la force.

La danse repose l'âme.

La danse est un remède sans précédent.

La danse rend sociable.

*
**

GUILLAUME II (1906), dès qu'il aperçoit, aux bals de la cour, un officier ou un fonctionnaire ne dansant pas correctement, le fait appeler et lui dit : « Mon ami, avant d'accepter une invitation, vous auriez dû apprendre à danser. J'espère que d'ici au prochain bal vous aurez complété votre éducation sous ce rapport ». C'est encore lui qui dit au Congrès chorégraphique et sportif, que la danse rapproche à la fois les gens et les peuples.

*
**

La danse adoucit l'humeur des méchants.

La danse est indispensable à tous pour être accompli. Les intellectuels même sont gauches, s'ils ne connaissent ni la danse, ni le maintien, ni les devoirs qui leur incombent selon les différentes circonstances et les différents milieux.

La danse donne un bonheur nouveau à ceux qui la cultivent.

*
**

Dans quelques pays, comme en Suisse ou en Allemagne, les bals sont surtout fréquentés par

des jeunes gens et des jeunes filles : les femmes mariées dansent peu. En France, tout le monde danse.

*
**

Hugo.

(Voir : VICTOR HUGO).

*
**

Il est une petite bonté si légère qu'elle flotte à la surface de toute chose : on la nomme politesse.

JOUBERT.

*
**

1^{er} Mars 1869. — Mort à Paris du célèbre poète Lamartine. La poésie, l'une des neuf muses, est sœur de Terpsichore.

*
**

La danse permet de faire valoir les avantages naturels.

La danse est si nécessaire, que, si compétent qu'on soit en toute autre matière, on laisse toujours à désirer, soit par le geste, par la démarche, l'expression, l'assurance, les sentiments et les usages, si on ne l'a point étudiée.

*
**

La danse est un repos moral. Un bon danseur est toujours adroit.

LOUIS XIV.

Au bal sonne l'heure de briller. Un bon danseur est le soleil des dames.

LOUIS XIV.

*
**

9 Juin 1660. — Mariage de Louis XIV avec Marie-Thérèse d'Autriche. Brillantes fêtes dansantes à Versailles.

*
**

12 Juin 1672. — Louis XIV traverse le Rhin avec Condé et Turenne pour aller conquérir la Hollande, dansa dans tous les ballets de la Cour, créa des danses lui-même.

*
**

Le règne de Louis XIV fut l'âge d'or de la danse. On sait que ce prince fastueux, avide de plaisirs, sut donner de l'éclat et de la magnificence aux fêtes de la Cour, fêtes auxquelles il prenait toujours une grande part personnelle.

HISTOIRE DE FRANCE.

*
**

7 Février 1499. — Louis XII épouse Anne de Bretagne, veuve de Charles VIII, qui, par ce mariage, devient reine de France pour la 2^e fois. Grands bals à la Cour.

*
**

Il faut peu de fond pour la politesse des manières, il en faut beaucoup pour celle de l'esprit.

LA BRUYÈRE.

La danse est une science, monsieur, une science à laquelle on ne saurait faire trop d'honneur.

MOLIÈRE.

*
* *

28 Juin 1669. — Etablissement de l'Opéra en France sous le nom de l'Académie Nationale de danse et musique, par l'abbé Perrin, protégé de Mazarin.

*
* *

La danse apprend à être modeste et à aimer plus petit que soi.

La danse rend jovial et donne du cœur aux esprits indifférents.

La danse donne un air dégagé, une bonne tenue.

La danse donne un jeu de physionomie sympathique et affable.

*
* *

1811-1865. — Le brillant DUC DE MORNAY s'écria en plein bal : « La danse est un repos moral ; elle calme les nerfs, donne une bonne tenue, de l'agilité et de la hardiesse dans le monde ».

*
* *

10 Avril 1864. — L'archiduc Maximilien est nommé empereur du Mexique, Fêtes splendides, bals.

*
* *

La danse, c'est la musique du corps.

MENDELSSOHN.

L'homme qui se dit blasé de la danse à 25 ans, n'est et ne sera jamais qu'un fat et qu'un sot.

NAPOLÉON I^{er}.

*
* *

Napoléon I^{er} (1769-1821) encore enfant, à l'école de Brienne, écrivait à son père de lui envoyer quelque argent pour apprendre à danser. Il ajoutait qu'il ne suffit pas pour réussir dans la vie d'être un ours savant. Il prit encore des leçons de danse, à Valence, chez Daniel, et des leçons de maintien de Talma. C'est Napoléon I^{er} qui rendit la danse obligatoire dans toutes les casernes. Cette utile coutume ne disparut qu'avec la terrible guerre de 1870. Elle va être très probablement rétablie, sur l'initiative et le projet d'organisation de M. Giraudet, président de l'Académie internationale des auteurs et professeurs de danse.

*
* *

La danse calme les nerfs, donne une bonne tenue, de l'aisance, de l'agilité et de la hardiesse dans les salons.

NAPOLÉON I^{er}.

*
* *

La danse repose l'âme et délasse le corps des fatigues et des soucis de la journée. Elle adoucit l'humeur, rend modeste, gai et sociable.

NAPOLÉON I^{er}.

Il fallait un mathématicien, ce fut un maître à danser qui fut nommé.

NAPOLÉON I^{er}.

*
**

Napoléon I^{er} a dit : Six heures de bal sont quelquefois préférables à six campagnes, pour conquérir ses grades ou ses titres.

*
**

NAPOLÉON III (1808-1873) considérait les bals comme les auxiliaires indispensables du commerce et le meilleur moyen de se créer des relations dans le monde.

*
**

NICOLAS II (1907). — « Un homme ne possède une éducation complète qu'à la condition de savoir danser, élément indispensable d'une impeccable correction ». — « Un professeur de danse est nécessaire dans chaque institution ».

*
**

Au Casino. — On vient de faire un tour de valse, et X..., après avoir reconduit sa danseuse, reste planté devant elle d'un air embarrassé.

— Vous cherchez quelque chose, monsieur, interroge la jeune fille.

— Mon claque, mademoiselle, qui a l'honneur de se trouver actuellement sur la même chaise que vous.

Le peuple ne pense ni à ses misères, ni à ses souffrances, quand il danse. Je demande un bal tous les dimanches sur la place de ma commune.

Paul-Louis COURRIER.

*
**

Platon (429 à 347 avant J.-C.) n'a-t-il pas dit : « Reproduisant tous les mouvements de vos organes, la danse est destinée à donner au corps et aux membres la santé, la souplesse, la beauté, en les habituant à fléchir et à s'ébattre dans une juste proportion, au moyen de mouvements bien cadencés, distribués avec mesure et soutenus dans toutes leurs parties. Noble ou dolente, joyeuse ou triste, la danse interprète souvent, par ses gestes, les paroles de la musique qui l'accompagne. »

*
**

La Danse selon Platon. — Voici revenues les soirées d'hiver, si impatiemment attendues par les fervents de la danse.

Partout, en ce moment, des couples tournoient jusqu'au vertige dans les salons.

La danse était tenue jadis en Grèce dans une très haute estime.

Platon en recommanda l'étude, car le rythme, selon lui, menait l'univers entier ; en dansant, l'homme ne fait, pour ainsi dire, qu'imiter l'immense système du monde et que s'associer à sa cadence.

Le célèbre philosophe grec croyait même que la plus grande félicité réservée aux élus, après la mort, était de suivre, du haut de l'empyrée, la valse des astres.

* *

Dans le monde :

— Il danse fort bien, ce jeune homme.

— C'est d'autant plus étonnant qu'il est dans la magistrature.

— ???

— Oui. Attaché au Parquet.

* *

27 Mai 1840. — Paganini, célèbre violoniste, meurt du choléra à Nice. Il se révéla artiste dès son enfance, étonnant les professeurs par les difficultés qu'il résolvait sur son violon. A quinze ans, il menait déjà une vie pleine d'aventures et de succès dans la musique et la danse.

* *

La danse enlève la gêne, éclaircit les visages sombres, égaye les plus taciturnes et donne de l'aplomb aux timides et aux impressionnables.

* *

La danse est un plaisir qui consiste à déplacer des poids plus ou moins lourds, au rythme d'une musique vive et cadencée.

Rosevelt (1902) a dit : « La danse exerce une action bienfaisante sur le cerveau et développe les facultés intellectuelles. » — « Un danseur est toujours bien portant. » — « La danse éloigne du vice et de cette plaie sociale qu'est le jeu. » — « La sociabilité se perd chez les peuples qui négligent la danse. »

* *

La danse prépare et souvent cimente définitivement une situation. Ceux qui dansent demeurent toujours lestes et jeunes.

ROSEWELT.

* *

La danse marque, dans une société, le rang auquel chacun a droit par son éducation.

La danse rend indulgent, persuasif et philosophe.

La danse, en même temps qu'elle est un plaisir, donne du goût pour le travail et le fait aimer.

La danse développe les facultés intellectuelles et enseigne les usages et les convenances.

La danse paralyse le vice.

* *

La danse est la poésie du mouvement.

Une bonne valseuse est toujours belle.

Les hommes de cœur aiment la danse, même après qu'ils y ont renoncé.

Les égoïstes commencent à la blâmer, quand ils atteignent l'âge de la retraite.

De tous les jugements, le plus redoutable est celui des banquettes. Mais devant ce tribunal, l'homme bien élevé gagne toujours sa cause.

La femme faible a des forces particulières pour la danse.

* * *

La danse est une poésie muette.

SIMONIDE.

* * *

Socrate (468 à 399 avant J.-C.) répondit à ses voisins qui l'avaient trouvé dansant : « Vous voulez rire à mes dépens ? Pourquoi ? Est-ce parce que je veux fortifier ma santé par l'exercice, donner plus de saveur à mes aliments, plus de douceur à mon sommeil ? Est-ce parce que je désire danser ainsi dans la crainte de ressembler aux lutteurs dont les épaules s'épaississent, parce qu'enfin, en exerçant tous les membres à la fois, je donne à mon corps de belles proportions ? Quoi que vous disiez, je danserai à couvert durant la saison des frimas et à l'ombre dans les excessives chaleurs de l'été. »

* * *

Le grand Socrate a dit qu'un exercice plaisant valait mieux que le plus illustre médecin.

* * *

La dépopulation se fait sentir dans tous les

Etats, où les plaisirs, les fêtes et les bals sont négligés.

La danse est la compagne du plaisir et le délassément le plus agréable à l'homme.

La danse, dès qu'elle devient un spectacle, cesse d'être un plaisir innocent parce que les passions y puisent alors un aliment.

La danse est l'interprète fidèle des pensées les plus rapides et des sentiments les plus secrets du cœur.

La danse est un duo mimé par une dame et un cavalier.

La danse enseigne à mouvoir gracieusement ses mains et ses pieds au bal.

* * *

Plaisirs champêtres. — Mme de Sévigné raffolait de la bourrée paysanne. Pendant ses séjours à Vichy, elle aimait à en donner le spectacle à ses amis.

* * *

Notre civilisation chemine lourdement, elle n'a pas la légèreté des pas rythmiques.

THÉOPHILE GAUTIER.

* * *

C'est la source de nos malheurs et la cause de notre laideur que les femmes, les hommes, les héros et les Dieux d'aujourd'hui ne sachent point danser.

THÉOPHILE GAUTIER.

Voyez les gens qui ne savent pas danser comme ils vont courbés vers la terre, les pieds pesants et traînants.

THÉOPHILE GAUTIER.

* * *

— Une femme vient de recevoir une raclée de son mari, qu'elle adore.

Sa concierge exprime un blâme à cet égard :

— Taisez-vous ! mon mari est un dieu !

— Alors, dit la concierge, c'est le dieu de la danse.

A. QUILTOUR.

* * *

Le Président Taft danse la « Gigue ». — On mande de Washington au *Daily Chronicle* que le président Taft a donné, à la Maison-Blanche, un dîner en l'honneur du président de la Chambre des représentants : M. Cannon (oncle Joé, dans l'intimité) ; et après le dîner, une soirée a réuni une cinquantaine d'invités qui ont pu assister à l'amusant spectacle d'un match de danse entre les deux présidents.

M. Cannon plaisanta M. Taft sur ses récents exploits chorégraphiques. Le président riposta en mettant l'« oncle Joé » au défi d'en faire autant. Relevant aussitôt le « challenge », le président de la Chambre dansa une gigue écossaise aux applaudissements des invités. Le président Taft dut alors, pour conserver l'avantage, exécuter une délirante gigue nègre qui souleva le joyeux enthousiasme des assistants.

— Il me semble, monsieur Boirot, que pour danser vous pourriez mettre des gants.

— Oh ! ne craignez rien : je me laverai les mains après.

* * *

2 Septembre 1729. — Naissance à Florence du célèbre Vestris, chef de la famille des illustres danseurs de renom.

Le plus bel art c'est la danse. Il résume à lui seul le génie de toutes les Muses.

VESTRIS.

* * *

La danse apprend les différentes manières de saluer au bal et en même temps à la ville et à la campagne.

La danse renseigne sur la façon dont on doit agir lorsqu'on vous présente quelqu'un ou que soi-même on se présente quelque part.

La danse donne la beauté, par la grâce simple qu'elle répand sur la physionomie et la douceur qu'elle donne aux paroles.

La danse apprend à se conduire au bal ou en tout autre lieu, elle renseigne aussi sur la conduite à tenir avant et après la soirée.

* * *

Les nouveaux métiers américains. — « Homme d'esprit » qui, dans les bals, tient compagnie aux misses délaissées des danseurs et aux mamans « en tapisserie ».

26 *Février* 1802. — Naissance de Victor Hugo à Besançon. C'est le plus illustre écrivain des temps modernes. Sa réputation est universelle comme son génie. Il aima la danse, dansa fort bien lui-même, il a écrit sur la danse.

*
**

Victor Hugo (1802-1883) dansait fort bien dans sa jeunesse, comme ses vers le prouvent :
Quel bonheur de bondir éperdu en la foule,
De sentir par le bal ses sens multipliés.

*
**

Le chant est la parole de la musique, la danse en est le geste.

La pantomime fut le premier langage des hommes.

Pour être bonne musicienne ou bon musicien, il faut savoir danser.

Un artiste ne rentre en scène que s'il sait bien danser ; son jeu a beaucoup plus d'aisance s'il possède à fond la tenue, le maintien et la danse.

Qui aime la danse, aime son prochain.

Souvent les assassins des enfants sont les parents, parce qu'ils les élèvent trop solitaires, ce qui amène l'anémie. La danse pare à tout et fait revivre le sang appauvri.

Les gestes et les pas d'un mutuel accord peignent la même ivresse et le même transport.

La danse est un sport. — Voltaire a dit :

« La danse peut se compter parmi les sports, parce qu'elle est asservie à des règles ». C'est aussi un des plus vieux sports de l'humanité et l'un des plus aimés parce qu'il allie toujours le mouvement au plaisir, à la joie et souvent au bonheur.

*
**

La danse est, au cours des siècles, l'âme de chaque civilisation.

Elle traduit fidèlement au cours des siècles l'âme d'un peuple.

VOLTAIRE.

*
**

La danse donne de l'assurance et permet une conversation simple et agréable qui met chacun à l'aise, même les plus timides.

La danse donne de la hardiesse aux pusillanimes.

La danse est un stimulant énergique, elle éveille et affine l'esprit.

La danse prépare l'homme de bien à tenir sa place dans le monde.

La danse charme les loisirs de l'existence par la satisfaction même du désir que l'on a à s'y livrer.

La danse apprend le savoir-vivre en même temps qu'elle permet de plaire à tous.

La danse prépare et achève souvent les situations.

La danse, lorsqu'on l'étudie dans un bon cours, vous fournit aussi l'occasion d'apprendre quelle doit être la tenue et quels sont les devoirs des garçons ou demoiselles d'honneur, des invités et enfin des mariés, à la mairie, à l'église, durant la noce et le soir au bal.

Un cours de danse bien dirigé est le meilleur endroit pour compléter son éducation.

*
**

RÉFLEXION D'UN GARÇON D'HONNEUR. — « Une noce sans bal est un bien triste mariage ! »

*
**

— Si vous ne dansez pas, monsieur Boirot, venez au moins entendre le concert.

— Non, merci, baronne, tout ça me fait suer ! C'est surtout pour moi que la musique et la danse sont *sueurs*.

*
**

Lu sur un tableau d'un théâtre de province :

Pour la représentation d'ensemble du ballet

LES SIRÈNES

Premières danseuses à deux heures pour le quart.

Naïades à une heure et demie.

Tritons à une heure.

Et ondines à midi précis.

En effet... voyez ces malheureux danseurs de l'Opéra, ils ont consacré des années à apprendre un art fort difficile pour arriver à quoi : à gagner 125 francs par mois.

Par contre, soyez le danseur mondain, bon valleur et sémiliant conducteur de cotillon. Cela demande peu de travail, et vous pouvez, avec ce mince talent, conquérir le cœur d'une jolie héritière.

*
**

— Mon amant m'a plaquée quand il a su que maman était concierge.

— Ben, quoi ! c'est toujours le corps du *balai*.

*
**

— « Me ferez-vous l'honneur de m'accorder une danse ?

— Oui, monsieur, avec plaisir... la 18^e.

— Merci, mais c'est que... je serai parti.

— Moi aussi. »

*
**

Au Casino :

— Vous n'êtes pas fatigué, monsieur ?

— Pas du tout, madame... je suis spirite... l'autre soir, pendant une heure, j'ai fait tourner un billard...

*
**

QUATRE. — Deux fois deux = *pas de quatre*,

danse militaire formée de quatre danseurs et dont la direction est confiée à une grosse légume.

*
* *

— Beaucoup de talent !

— Elle tient de son père, qui était menuisier, l'amour des *planches*, et de sa mère concierge, la grâce dans le *balai* !!

*
* *

BAL ET BALLE

Trouvant sa femme au bal, certain mari brutal,
Dans la guinguette près de chez lui située,
D'une balle aussitôt lui brisa l'os frontal,
Elle aimait trop les bals, c'est ce qui l'a tuée !

*
* *

— Non, franchement, cher monsieur, on ne voit pas beaucoup de gens distingués dans tous ces bals.

— Mais, madame, si tout le monde avait l'air distingué, l'air distingué serait horriblement commun.

*
* *

— Vous aimez beaucoup la danse, cher monsieur ?

— Non, mademoiselle, je la déteste, mais ça me fait maigrir.

En province :

Le Régisseur. — Quand le baryton dit : « Détalons », vous devez partir sur la pointe du pied...

*
* *

Au Harem de Teheram :

— Voyons, voyons, mesdemoiselles ! Vous en faites un potin ! Heureusement pour vous que Sa Majesté est absente, sans cela !

— Justement ! quand le Shah n'est pas là, les z-Houris dansent !!!

*
* *

Bal de la charité. — Vous ne voulez pas vous arrêter, vous êtes en nage ?

— Que voulez-vous, c'est pour les pauvres qui ont froid !

*
* *

— Nous valsions mieux que ça autrefois !

— Oui, mon général, mais je crois qu'aujourd'hui nous ne valserions même pas si bien.

*
* *

Au bal. — Vous avez oublié votre éventail ! Oh ! en ce cas, serai-je assez hardi pour vous offrir de vous souffler au visage.

*
* *

— Il est inutile d'essayer de faire danser l'anse

du panier. Je connais trop ces petites roueries...

— Madame a été cuisinière.

*
**

— Vous avez été délicieuse dans le ballet, mademoiselle.

— Je tiens ça de ma mère ; elle a manié le balai toute sa vie.

*
**

-- Je dois être un peu lourde...

— Ça ne fait rien... je suis tonnelier, j'ai l'habitude de remuer les futailles.

*
**

— Docteur, quel est le meilleur régime à suivre pour une danseuse ?

— C'est bien simple. Ne boire que de l'eau de Vals, ne manger que du pain polka et n'écrire que sur du papier quadrillé.

*
**

— Vous aimez la valse, monsieur ?

— Avec passion !

— Alors, vous devriez bien l'apprendre.

Propos de bal. — Connaissez-vous le *Lac...* de Lamartine ?

— Oh ! non. Monsieur, je n'ai pas encore beaucoup voyagé !

*
**

Le bal du Cercle militaire. — Mon mari prétend que venir danser ici, c'est ce qu'on appelle : Tourner dans un cercle vicieux !

*
**

— Il y avait beaucoup de monde au bal de l'Auto ?

— On s'y écrasait.

*
**

— Pourquoi chante-t-il dans les cours ?

— Parce qu'il a trop aimé la danse.

*
**

— A Mabilly, autrefois, est-ce qu'on valsait à deux ou à trois temps ?

— On dansait la valse... d'un autre temps.

*
**

— Voyons, jeune homme, un tour de valse ?

— Merci, madame ; je n'ai jamais dansé, et ce n'est pas à votre âge que je commencerai.

— Y a pas à dire, t'as pas ta pareille pour valser.
— Paraît d'après les amies d'atelier que je tourne mal.

*
**

— Oui, ma chère, le chef d'orchestre m'a enlevée en cinq sec...
— Si vite... il manque vraiment de mesure.

*
**

Pour être goûtée, la danse doit être un délassement.
E. GIRAUDET.

*
**

La simplicité pendant la danse n'est pas un mérite vulgaire : Il faut en avoir beaucoup pour avoir celui-là.
M^{me} DE GENLIS.

*
**

La danse a du bon, elle donne ce qu'il manque au timide.
BALZAC.

TABLE DES MATIÈRES

DES

40 Leçons de Tenue et Maintien

Note de l'auteur.....	3193
Avant-Propos.....	3197
1 ^{re} LEÇON. — Observations et instructions préliminaires sur les 40 leçons.....	3201
Toilette du Professeur.....	3202
Hygiène.....	3202
2 ^e LEÇON. — Réception des élèves et inscriptions..	3204
La tenue des élèves.....	3204
3 ^e LEÇON. — Position des élèves et des professeurs pour les leçons de tenue et maintien....	3208
Culture physique et la marche à suivre pour le bien du corps.....	3209
4 ^e LEÇON. — Marches et promenades, tours de main, etc.....	3211
Tours de main droite et gauche.....	3213
Tours de bras.....	3214
5 ^e LEÇON. — Pirouettes en tous genres.....	3215
Nota sur ces premiers exercices.....	3216
6 ^e LEÇON. — Genuflexion.....	3218
Pliés à fond.....	3219

Les sauts.....	3220
Instructions générales. Progressions à suivre.	
Courbature. Dépense de force. Pour maigrir par les genuflexions, pliés et sauts.	3221
7 ^e LEÇON. — Mouvements du corps.....	3226
Exercices des bras.....	3227
8 ^e LEÇON. — Ailes de Moulin.....	3229
Jeux d'Escrime.....	3229
Jeu du Bâton.....	3230
Les Scieurs ou le jeu des Baguettes.....	3230
9 ^e LEÇON. — Pas de galop.....	3232
Exercices en rond.....	3232
Pas gymnastique.....	3234
Course.....	3234
10 ^e LEÇON. — Exercice des chutes, ou la manière de tomber et d'éviter les accidents.....	3235
Exercices couchés.....	3236
La santé par les exercices.....	3237
11 ^e LEÇON. — Vertige aérien, de la Danse, des chevaux de bois, etc.....	3238
Callisthénie.....	3239
Expression de la physionomie.....	3241
12 ^e LEÇON. — Balancé Louis XV.....	3243
Pirouette de grâce d'une et de deux mains...	3243
13 ^e LEÇON. — Les Ronds élégants.....	3245
Moulinets Louis XIV.....	3245
14 ^e LEÇON. — Saluts et Révérences.....	3247
Les deux saluts des bébés.....	3248
15 ^e LEÇON. — Grands saluts dans les menuets, pavanés, gavottes, etc., pour cavaliers...	3249
Grande révérence des dames.....	3249

16 ^e LEÇON. — Saluts dans la marche.....	3250
Saluts dans les présentations etc.....	3250
17 ^e LEÇON. — Promenade en se donnant la main dans la danse.....	3251
Demi-promenade.....	3251
Principales figures et mouvements.....	3251
18 ^e LEÇON. — Avant un, deux, trois, quatre, six et huit.....	3253
19 ^e LEÇON. — Les tours et demi-tours de main....	3255
20 ^e à 22 ^e LEÇON. — Balancés différents.....	3256
Traversé.....	3256
Chaine anglaise.....	3257
Chaine des Dames.....	3257
Chaine à soufflet et Boulangère.....	3258
Grande chaine plate.....	3258
23 ^e LEÇON. — Ciseaux de la 1 ^{re} figure des Variétés.	3260
Chassé-croisé de la 2 ^e , 4 ^e et 5 ^e figure des lanciers.....	3260
24 ^e LEÇON. — Chassé ouvert.....	3262
Moulinets à 3, 4, 5, 6, 8, etc.....	3262
Moulinets doubles.....	3263
25 ^e LEÇON. — Corbeille simple et double (2 ^e figure du quadrille américain).....	3264
Les Chevaux de bois (3 ^e figure du quadrille américain).....	3265
26 ^e LEÇON. — Grand rond par 4 couples.....	3266
Les petits ronds.....	3266
Les ronds contrariés (2 ^e figure du quadrille Giraudet).....	3266
27 ^e LEÇON. — Les Petits Ponts (2 ^e figure du quadrille croisé).....	3267

Les Ponts (4 ^e figure du quadrille Giraudet....	3267
Les Grands Ponts (4 ^e figure du quadrille Giraudet.....	3268
28 ^e LEÇON. — Tourniquet (1 ^{re} figure du quadrille Giraudet).....	3269
Le Prisonnier.....	3269
Rosace de la 3 ^e figure des Variétés.....	3269
Le Pot de Fleurs.....	3270
29 ^e LEÇON. — Pas tourné pour quadrilles et Boulangères.....	3271
Théorie des deux mouvements.....	3271
Galop pour rond, corbeille, farandole et danse.	3272
Farandole.....	3272
30 ^e LEÇON. — Mouvement des bras.....	3273
31 ^e LEÇON. — Entrée et sortie des cours, salons, soirées et bals. Entrée en scène.....	3275
Entrée en scène avec une dame.....	3276
32 ^e LEÇON. — Hommage aux dames.....	3277
Poignée de mains et baise-mains.....	3277
33 ^e LEÇON. — Les Gants.....	3279
Le Mouchoir.....	3280
Présentation de la main et du bras.....	3280
34 ^e et 35 ^e LEÇONS. — Les quatre manières d'inviter une dame à la danse.....	3283
Abolition des présentations pour danser avec une dame.....	3284
36 ^e et 37 ^e LEÇONS. — Avant, pendant et après la danse.....	3288
38 ^e LEÇON. — Conduite d'une jeune fille qu'on invite à danser.....	3292

Recommandation aux mères et aux personnes qui les représentent.....	3293
39 ^e LEÇON. — La conduite des messieurs au bal..	3295
40 ^e LEÇON. — Les invitations, organisation d'une soirée.....	3297
Les invités au bal.....	3298
Conclusion.....	3299
<i>Journal officiel de l'A. I. D. : voir le sommaire pour tous les articles traités dans cette deuxième partie du Journal de la Danse.</i>	
Pages 3303 à	3438



