

# LE FOOTSHAKE TIK TOK CHALLENGE



Hmmm..... On ne peut plus se serrer la main ou s'embrasser... Sacré virus.

Mais il existe une solution pour se dire quand même bonjour le matin. Et en musique. Le « footshake », finalement ce sera peut-être plus drôle et plus joyeux. Essayons ça ...

Que tu l'appelles « footshake » (*on dit handshake en anglais quand on se serre la main. Là, on va donc se serrer les pieds*) ou « danse des pieds », les vidéos de personnes tapant dans leurs pieds ensemble en sautant se multiplient sur Internet, surtout sur le réseau TikTok.

Si toi aussi tu veux entrer dans la danse, je vais essayer de te l'expliquer.

Tu trouveras certainement plein de versions différentes du « footshake ». Elles portent généralement toutes le même nom... Tu peux donc échanger et apprendre avec tes camarades

Si vous avez déjà succombé à cette mode, vous avez certainement dansé sur "Oh Nanana". Cette version particulière du défi est devenue populaire à la mi-2018 quand une version remix de Bonde R300 par DJ 6RB est sortie. Ce « mix » a allongé l'intro du début de la chanson pour en faire l'accompagnement idéal de la danse.

Voici une version du « footshake » avec laquelle tu pourras t'entraîner pour dire bonjour à tes amis. D'autres versions suivront...

Partage-là (il faut être 2 pour se dire bonjour, non ?), si vous pouvez, filmez-vous et partagez vos vidéos avec le maître, la maîtresse ou les copains.

## Version 1 – la plus facile

Domaines



<https://www.youtube.com/watch?v=KAO5M1aEDtE>

La danse peut se faire en sautant (rebonds)... ou pas

**G** et **D** sont les pieds qui se touchent

**Int** : intérieur de la chaussure – **Ext** : extérieur de la chaussure

**Semelle** : on tape les dessous de la chaussure

**Face** : on tape les semelles devant soi – **Dos** : on tape les semelles en passant derrière la jambe au sol

	1	2	3	4
<b>INTRO</b>	<b>D Int</b>	<b>G Int</b>	<b>D Int</b>	<b>G Ext</b>

Pivoter d'un quart de tour quand on tape à l'extérieur – Plus facile de taper les semelles après.

	1	2	3	4	5
<b>SUITE</b>	<b>G Semelle Dos</b>	<b>D Ext (Face)</b>	<b>G Int</b>	<b>D Int</b>	<b>D Ext</b>

Et on continue ainsi, en répétant la suite .....

## Intro



## Suite

