

Olélé moliba macasi pas de danse

Position de départ : En file les uns derrière les autres (file de 5 ou 6 élèves) : ils sont dans une pirogue, ils vont ramer : un pied en avant (pour ramer le poids passe sur le pied arrière)

Olélé, moliba macasi x 4 : ils rament

File de gauche ils rament côté gauche ; file de droite ils rament côté droite

Mboka nayé x2 : on se balance d'un pied sur l'autre , bras en l'air comme si on portait de l'eau sur la tête , sans bouger les pieds

Mboka mboka : on se balance d'un pied sur l'autre **kasai** : 3 pas en avant

Olélé... on pagaie

Eéoééééo benguéla aya x2 : mains en porte voix puis on tire le filet vers soi : on est en appui sur le pied en avant plus on tire plus le poids passera sur le pied arrière

Benguéla a oyaoya

Yakara a oyaoya

Kondguidja a oya oya : 3 coups de pieds à droite – sur le A on passe sur l'autre pied – puis 2 coups de pieds à gauche

Olélé moliba macasi : on rame

Astuce : Il faut que les pieds soient bien orientés : ils doivent regarder l'enfant de devant