

LIVRET DE DANSE
Tome I
Τιμπελλ αν Τί!





LIVRET DE DANSE

PREMIÈRE ÉDITION

2025



CONRADH NA GAELIGE PHÁRAS - AN GHAELTACHT-SUR-SEINE
CLUB DAMHSÓIRÍ PHÁRAS

Directrice de Publication Stephanie Nic Cárthaigh
Conception graphique Olivier Wagner Octobre 2025
Impression numérique Mode Livret 8 pages
Font Andron ABC - Sias
Font Andron Eir Corpus- Sias

CLÁR

Plain Reel Set

Teideal

Leathanach

FIGIÚR 1 «Sabh tríú»

6

Leathanach a sé

FIGIÚR 2 «Sleamhnán-Athrú fadó
dhó, abhaile san áit»

7

Leathanach a seacht

FIGIÚR 3 «Cailíní trasna»

8

Leathanach a hocht

FIGIÚR 4 «Na Cairteacha»

9

Leathanach a naoi

FIGIÚR 5 «Salopaí trasnaithe»

10

Leathanach a deich

FIGIÚR 6 «Cailíní sa lár»

11

Leathanach a haon déag







Plain Reel Set - CLARE reel step

Figiúr 1 «Ṣabh tríd»

Ríl 8+112 barráí

Suíl timpeall / Cas an cailín / Abhaile san áit (16)

Lánúin i tosaigh

- **Ṣabh tríd** (Trasnaigh díreach ar aghaidh, cailíní istigh go dtí an chearnóg os coinne. Pastourelle (lámh dheas ionas gur féidir leis an mbuachaill an cailín a achshuíomh ar a dheis).
- **Pas ar ais** (Trasnaigh díreach ar aghaidh, cailíní istigh go dtí an chearnóg os coinne. Cas an cailín (lámh dheas ionas gur féidir leis an mbuachaill an cailín a achshuíomh ar a dheis).
- **Abhaile san áit**
- **Slabhra na mban** (malartaíonn na cailíní lámha deise sa lár - Cas an cailín le lámh chlé an bhuachalla eile agus pilleann siad ar an bpráirtí bunaidh le «Cas an cailín»
- **Leath luaide timpeall** (lámha i braio) «Cas an cailín» san áit os coinne.
- **Pas ar ais**
- **Abhaile san áit** gach duine don trasdúil

Lánúin ar na taobhanna

Timpeall an tí le críochnú

Figure 1 «Pass through»

Reel 8+112 mesures

Lead around/Tum the lady /Home (16)

Figure des Tops

- Pass through (traverser tout droit, les filles à l'intérieur jusqu'à la place opposée. Pastourelle main droite pour que le garçon repositionne la fille à sa droite).
- Pass back (idem pour retour à la place initiale)
- Home
- Ladies chain (les filles se donnent main droite au centre 1 pastourelle avec le garçon opposé main gauche et retour au partenaire d'origine avec 1 pastourelle)
- Half lead around (les mains en tresse) et pastourelle des 2 mains à la place opposée.
- Pass back
- Home tout le monde

Couples Sides

House pour finir

Leathanach a sé



Plain Reel Set - CLARE REEL STEP

Figiúr 2 «Sleamhnán-Δτηρύ ραοι θόό, Δbhaile san áit»

Ríl 8+128 barrdaí

Siúl timpeall / Cas an cailín / Δbhaile san áit (16)

Lánúin i tosaigh

- Sleamhnán (Lámh Theas-Lámh Theas).
- Δτηρύ «Cas an cailín» ραοι θόό san áit os coinne.
- Sleamhnán (Lámh Theas-Lámh Theas).
- Δτηρύ «Cas an cailín» ραοι θόό san áit os coinne.
- Δbhaile san áit (1) / Δbhaile san áit gach duine (2) don trasoul

Lánúin ar na taobhanna

Timpeall an tí le críochnú

Figure 2 «Slide-change deux fois, home»

Reel 8+128 mesures

Lead around /Tum the lady /Home (16)

Figure des Tops

- Slide (main droite main droite).
- Change (place opposée avec 2 pastourelles de la fille).
- Slide (main droite main droite).
- Change (idem pour revenir à place initiale).
- Home (1) / Home tout le monde (2) pour transition

Couples Sides

House pour finir

Leathanach a seacht



Plain Reel Set - CLARE reel step

Figúir 3 «Cailíní trasna»

Ríl 8+176 barrraí

Siúl timpeall / Cas an cailín / Abhaile san áit (16)

Lánúin i tosaiḡh

- Cailíní trasna abhaile leis an mbuachaill os coinne
- pr trasna (2 mesures). Cas an cailín
- 1 le lámha deise agus 2 le lámha clé a gcomhpháirtí a chur ar a dheis.
- sleamhnán faoi dhó (lámha i braid), os comhair an ionaid.
- sleamhnán ar an taobh seasamh válsa, taobh le taobh
- leath timpeall an tí chun pilleadh ar an áit tosaiḡh.
- abhaile san áit (1) / abhaile san áit gach duine(2) don trasoul

Lánúin ar na taobhanna

Timpeall an tí le críochnú

Figure 3 «Les filles traversent»

Reel 8+176 mesures

Lead around/Turn the lady/Home (16)

Figure des Tops

- Filles traversent (2 mesures) Home avec le garçon opposé.
- Garçons traversent (2 mesures). Pastourelles
- 1 pastourelle main droite et 2 pastourelles main gauche pour repositionner leur partenaire à leur droite.
- Slide 2 fois Mains en tresse, face au set.
- Slide 1 fois en position de valse, sur le coté droit.
- 1/2 House pour revenir à la place initiale.
- Home (1) / Home tout le monde (2) pour transition

Couples Sides

House pour finir



Plain Reel Set - CLARE reel step

Figióir 4 «Na Cairteacha»

Ríl 8+256 barráí

Suíl timpeall / Cas an cailín / Abhaile san áit (16)

Lánúin i tosaigh

- Slabhra na mban
- Abhaile san áit

Chéad lánúin

- Taispeáin an bhean (6)
- Scaoil amach an cailín ar thaobh na láimhe clé den bhuachaill DARR. 2 (2)
- **CART** Céimíonn an chéad rhear siar - ar aghaidh - céimíonn sé siar agus ardaíonn sé a airm, seasann na mná ar thaobh an chéad rhir, ansin céimíonn sé siar agus ar aghaidh. Ardaíonn na fir a gcuid airm agus casann na mná chun seasamh os comhair a chéile.
- **Nollaig**
- Slabhra na mban
- abhaile san áit (1) / abhaile san áit gach duine (2) pour transition

An dara lánúin

Lánúin ar na taobhanna

Timpeall an tí le críochnú

Figure 4 «Les chariots»

Reel 8+256 mesures

Lead around/Turn the lady / Home (16)

Figure des Tops

- Ladies chain
- Home

Premier Top House et dépose la fille

à la gauche du garçon Top. 2

- Chariot l'homme premier top recule - avance - recule et leve les bras, les femmes se placent du coté du premier top, puis avancent reculent et avancent. Les hommes lèvent les bras et les femmes tournent pour se placer l'une en face de l'autre.
- Christmas (Swing à 4)
- Ladies chain
- Home (1) / Home tout le monde (2) pour transition

Tour du second Top

Couples Sides

House pour finir

Plain Reel Set - CLARE PORT STEP

Figiúr 5 «Galopaí trasnaithe»

PORT 8+180 barráí

Siúl timpeall / Cas an cailín / Luascán (24)

- Timpeall an tí gach duine
- Galopaí trasnaithe Tops ansin Sides
Cúl ar chúl do na fir (1)
Cúl ar chúl do na mBean (2)
- Trasnaigh slabhra na mban Tops ansin Sides
Seolann an fear chuig a pháirtí ar chlé
- Luascán le páirtí nua

Déan arís go dtí go bhfilltúh an comhpháirtí bunaidh

Is iad na cailíní Tops i gcónaí a thosaíonn na galopaí agus na mná a shlabhraíonn, is cuma cén áit a bhíonn acu sa tacaar ina dhiaidh sin,
Le comhpháirtí tosaigh, Luascán / Timpeall an tí le críochnú



Figure 5 «Les galops croisés»

Jig 8+180 mesures

Lead around /tum the Lady/Swing (24)

- House Tout le monde
- Galops croisés Tops puis Sides
à l'aller, les garçons se croisent dos à dos
au retour, les filles se croisent dos à dos
- Ladies chain croisées Tops puis Sides
Le garçon envoie vers sa partenaire à sa gauche
- Swing avec nouveau partenaire

Répéter jusqu'au retour du partenaire d'origine

Ce sont toujours les filles Tops qui commencent les galops et es ladies chain, quelques soient leurs places dans le set par la suite.

- Avec partenaire de départ, Swing/House pour finir



Plain Reel Set - CLARE reel step

Figiúr 6 «Cailíní sa lár»

Ríl 8+192 barráí
Siúl timpeall / Cas an cailín / Abhaile san áit (16)

- **Timpeall an tí**
- **Abhaile san áit**

Téann na cailíní go dtí an t-ionad faoi dhó (8)

- **Muileann na bhfeara, (8)**

1 & 3 : Lámh Dheas (4) milleadh Lámh Chlé (4)

2 & 4 : Lámh Chlé ansin Lámh Dheas

Le linn milleadh na mbuachaillí:

Bogann na cailíní suíomh amháin ar a ndois.

Casann siad ar a ngualainn chlé don dá bharrá dheireanacha chun iad
féin a chur os comhair an bhuachalla.

- **Abhaile san áit**

Déan arís go dtí go bhfaighiadh tú do pháirtí bunaidh

Timpeall an tí le críochnú

Figure 6 «Les filles au centre»

Reel 8+192 mesures

Lead around/ Tum the lady / Home (16)

- House
- Home

Les filles vont 2 fois au centre du set (8)

- Moulin des garçons, (8)

1 & 3 : Main Droite (4) retour Main Gauche (4)

2 & 4 : Main Gauche puis Main Droite

Pendant le retour des garçons : les filles se décalent d'une place vers leur droite.

Se tourne sur leur épaule gauche sur les 2 dernières mesures pour se mettre en place face au garçon.

- Home

Répéter jusqu'à retrouver son partenaire d'origine

House pour finir

