

Le carnet de bal

1	Lo pè, la man <i>Lou pè, la ma</i>
----------	--

Occitan	Prononciation	Traduction
Lo pè, lo pè, lo pè La man, la man, la man E vira de costat Te vòì potonejar x 2	Lou pè, lou pè, lou pè La ma, la ma, la ma é b̥iʁo de cousta't Te bouill' poutounéja x 2	<i>Le pied, le pied, le pied</i> <i>La main, la main, la main</i> <i>Et tourne sur le côté</i> <i>Je veux te faire la bise</i>
Balha-me la man, Ta hèr la ronda, Balha-me la man, Que vam dançar !	Balio-mé la ma, Ta è la <u>rou</u> ndo, Balio-mé la ma, Qué bam dança !	<i>Donne-moi la main,</i> <i>Pour faire la ronde,</i> <i>Donne-moi la main,</i> <i>Nous allons danser !</i>

DANSE

Première phrase : Placés par paire, les danseurs sont face-à-face. En suivant le rythme et les paroles de la chanson, il commence par frapper 3 fois par terre avec un pied puis frappent 3 fois dans leurs mains et font un tour sur place. Comme le couplet de la chanson correspondant, cet enchaînement est répété une nouvelle fois.

Deuxième phrase : Les enfants tournent par 2 en se tenant par les mains, ou encore bras-dessus bras-dessous) et changent de sens au milieu de la phrase musicale.

La danse peut également s'exécuter en ronde.