

## Hava Naguila (2)

### הבה נגילה

הבה נגילה

הבה נגילה

הבה נגילה ונשמחה

הבה נגילה

הבה נגילה ונשמחה

הבה נרננה

הבה נרננה

הבה הבה נרננה

עורו, עורו אחים

עורו אחים בלב שמח

עורו אחים, עורו אחים

בלב שמח

הִבֵּה נְגִילָה וְנִשְׂמְחָה

הִבֵּה נְרַנְנָה

עוֹרוּ אֲחִים בְּלֵב שִׂמְחָה.

Hava	allons	הבה
Lagil, gal	se réjouir, jubiler	גל, לגיל
Lismoach, samach	se réjouir	שמח, לשמוח
Laron, ran	chanter, jubiler	רן, לרן
La'ur, ar	se réveiller	ער, לעור
Ach, achim	un frère	אחים, אח
Lev	un cœur	לב
Same'ach	joyeux	שמח

### **Allons, jubilons**

Allons, jubilons,  
Allons, jubilons, allons, jubilons  
Allons, jubilons et réjouissons-nous !

Allons, chantons,  
Allons, chantons,  
Allons, chantons et réjouissons-nous !

Réveillez-vous, réveillez-vous frères,  
Réveillez-vous d'un cœur joyeux !

### **Hava nagila**

Hava nagila,  
Hava nagila, hava nagila  
Hava nagila venis' mecha !

Hava neranena,  
Hava neranena  
Hava neranena venis' mecha.

Uru, uru achim  
Uru achim belev same'ach.

**Pas de danse**

Par couples, en cercle, cavaliers dos au centre, partenaires face à face, se donner les 2 mains, bras fléchis.

Tous les départs se font du pied droit sauf contre-indication.

**FORMATION**

Par couples, en cercle, cavaliers dos au centre, partenaires face à face, se donner les 2 mains, bras fléchis.

Tous les départs se font du pied droit sauf contre-indication.

**DEROULEMENT**

<b><u>Thème A1.</u></b>	Mes. 1.	Les partenaires s'écartent en 4 petits pas marchés en arrière, en fléchissant le tronc en avant et en étendant les bras.
	Mes. 2.	Redresser rapidement le tronc. Position banjo. 1 tour S.A.M. sur place en 4 longs <u>pas courus</u> . terminer à sa position de départ dans la position de départ.
	Mes. 3 et 4.	Idem Mes. 1 et 2.
<b><u>Thème A2.</u></b>	Idem A1. Terminer en position patineur inversée, face S.C.A.M.	

<b><u>Thème B1.</u></b>	Mes. 1.	Tps. 1.	Petit bond sur le pied droit en avant, fléchir légèrement le tronc en avant et lever légèrement le pied gauche.
		Tps. 2.	Reposer le pied gauche sur place.
		Tps. 3.	Joindre le pied droit en redressant le tronc.
		Tps. 4.	1 pas du pied gauche sur place.
	Mes. 2.	Idem Mes. 1.	
Mes. 3.	La dame libère seulement sa main gauche et fait 3/4 de tour à droite sur place en 4 <u>pas courus</u> , terminant face au centre.		
Mes. 4.	Le cavalier fait 1 tour 1/4 à droite sur place sous son bras droit, terminant face à sa partenaire.		

<b>Thème B2.</b>		Partenaires face à face, position soyotte.
Mes. 1 et 2.	8 sauts debka : à gauche, face à face, à droite, face à face (2 fois).	
	<u>Variante</u> :	4 <u>pas sautés</u> -balancés, départ du cavalier : pied gauche et dame : pied droit.
Mes. 3 et 4.	1 tour e coude droit sur place en 8 <u>pas courus</u> S.A.M.	

<b>Thème C.</b>		Partenaires face à face, pieds légèrement écartés, bras fléchis en avant, mains à hauteur de la tête, paumes parallèles.
Mes. 1.	Tps. 1 et 2.	Porter les mains à droite à hauteur de l'épaule droite environ.
	Tps. 3 et 4.	Porter les mains à gauche, à hauteur de l'épaule gauche environ.
	<u>Variante</u> :	Frapper des mains aux Temps 2 et 4.
Mes. 2.	Tps. 1.	Frapper dans ses mains devant soi.
	Tps. 2 à 4.	Lever les bras graduellement plus haut par 3 mouvements distincts en séparant les mains progressivement :
		1er mouvement : Paumes vers le visage.
		2ème mouvement : Dos des mains vers le visage.
3ème mouvement : Paumes vers le visage.		
Mes. 3.	Tps. 1.	Saut pieds joints et frapper 1 fois dans ses mains. Chacun se tourne vers sa gauche et pose la main droite sur l'épaule droite du partenaire.
	Tps. 2 à 4.	3 petits sauts sur le pied gauche, jambe droite étendue en avant.
		Tps. 2. : Talonner le pied droit.

		Tps. 3. : Pointer le pied droit.
		Tps. 4. : Talonne le pied droit.
Mes. 4.	Idem Mes. 3. mais tourné à droite, main gauche sur l'épaule gauche et sauts sur le pied droit.	
Mes. 5 et 6.	Idem Mes. 3 et 4.	
Mes. 7.	Tps. 1.	Partenaires face à face, mains aux hanches. Saut pieds joints sur place.
	Tps. 2.	1 saut-talonné sur le pied gauche.
	Tps. 3 et 4.	Idem Tps. 1 et 2.
Mes. 8.	1 tour de coude droit en 4 <u>pas courus</u> (départ du pied droit). Terminer en position de départ.	

**VARIANTES**

<b><u>Variante 1.</u></b>	C.	Mes. 3.	Se donner la main droite à hauteur de la tête.
<b><u>Variante 2.</u></b>	C.	Mes. 3 à 6.	Idem supra mais partenaires face à face, mains aux hanches.
		Mes. 7 et 8.	Idem Mes. 3 et 4. de la variante mais faire successivement, sur place, 1 tour complet à gauche (Mes. 7.) et 1 tour à droite (Mes. 8.)

**D'après le site Vitrifolk.**