

À partir du 5 juin, participez au battement : filmez-vous et publiez votre vidéo sur vos réseaux avec le hashtag #Battement. Seul ou à plusieurs, tout le monde peut participer !

**Liens vers la vidéo tutoriel du défi #Battement de la campagne La France qui (se) bat :**

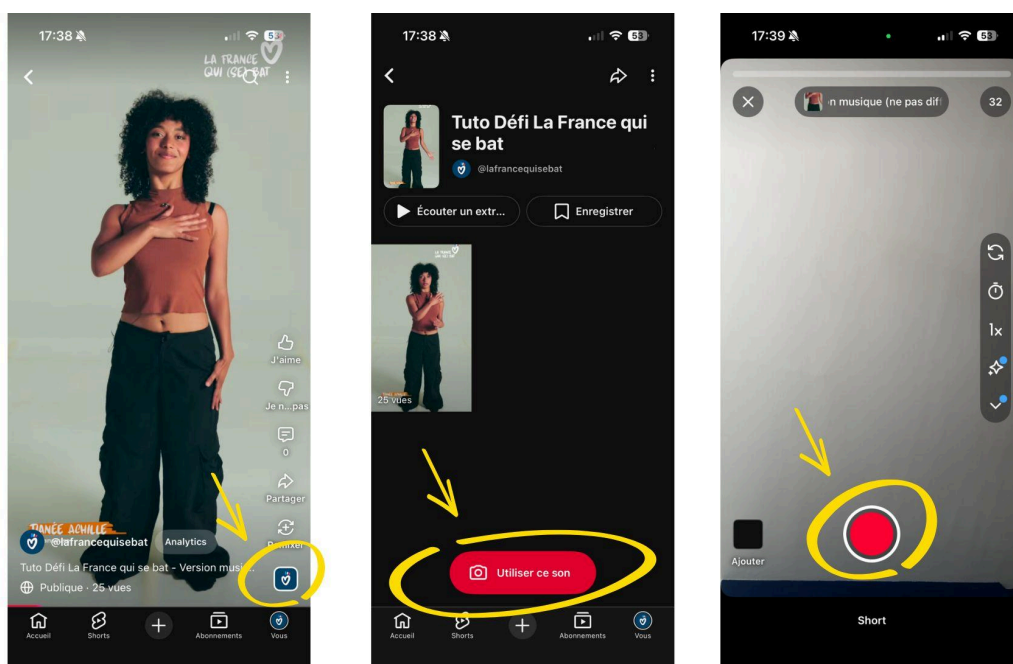
- Youtube : <https://youtube.com/shorts/P6ZhTVQVfAM>
- Instagram : <https://www.instagram.com/p/DZMYWXsjEHO/>
- Facebook : <https://www.facebook.com/share/r/1N2tajDzB8/>
- Tiktok : <https://www.tiktok.com/@infodon.fr/video/7647788477446130976>
- LinkedIn : [https://www.linkedin.com/posts/lemouvementassociatif\\_battement-battement-battement-activity-7468542186763157504--uG-?utm\\_source=share&utm\\_medium=member\\_dektop&rcm=ACoAACiPoUgBMyq62OITjICKOiuPch2dY5Hjvpc](https://www.linkedin.com/posts/lemouvementassociatif_battement-battement-battement-activity-7468542186763157504--uG-?utm_source=share&utm_medium=member_dektop&rcm=ACoAACiPoUgBMyq62OITjICKOiuPch2dY5Hjvpc)

**Pour réaliser le défi, deux options :**

### OPTION 1

Afin de filmer votre vidéo directement sur l'application d'un réseau social avec la bonne musique en arrière-plan, utilisez la musique d'une vidéo défi déjà existante (par exemple, sur les liens présents ci-dessus).

Voici un guide pas à pas fait sur Youtube - il s'agit du même fonctionnement sur youtube, instagram et tiktok - :



### OPTION 2

Filmez votre vidéo puis ajoutez la musique via un logiciel de montage (Canva, Capcut, Premiere pro...). La musique est disponible ici : [Musique\\_Défi\\_#Battement.mp3](#)

**Texte type pour la publication de votre vidéo défi :**

♥ Et si on faisait battre le cœur de la France ensemble ? Le défi #Battement est lancé.

👉 Reproduisez la chorégraphie du battement imaginée par les chorégraphes Fauve Hautot et Romain Guillermic, et expliquée en vidéo par la danseuse Tianée Achille

- 👉 Filmez-vous (seul, avec proches, en équipe, entre bénévoles...)
- 👉 Partagez votre vidéo avec le #Battement sur les réseaux sociaux

Pas besoin d'être pro. L'important, c'est de participer et de faire grandir le mouvement !

Nous participons. Et vous ?

🎵 À vous de jouer.

#Battement

[www.lafrancequisebat.fr](http://www.lafrancequisebat.fr)