

Twist & Shake



Chorégraphe : Sylvie Roy
Type : Danse en ligne, 2 murs, 32 temps
Niveau : Débutant
Musique : *The Shake* de Neal McCoy
Intro : 16 temps

I RIGHT FORWARD STEP, LEFT FORWARD STEP, RIGHT FORWARD STEP, LEFT KICK WITH CLAP, LEFT BACK STEP, RIGHT BACK STEP, LEFT BACK STEP, RIGHT TOGETHER

1-4 Poser le PD en avant (1), Poser le PG en avant (2), Poser le PD en avant (3), Tendre la jambe gauche vers l'avant avec la pointe tendue et taper dans ses mains (4)

5-8 Poser le PG en arrière (5), Poser le PD en arrière (6), Poser le PG en arrière (7), Ramener le PD à côté du PG (8)

II RIGHT SWIVEL HEEL, RIGHT SWIVEL TOE, RIGHT SWIVEL HEEL, HOLD WITH CLAP, LEFT SWIVEL HEEL, LEFT SWIVEL TOE, LEFT SWIVEL HEEL, HOLD WITH CLAP

1-2 Pivoter les talons à droite (1), Pivoter les pointes à droite (2)

3-4 Pivoter les talons à droite (3), Pause et taper dans ses mains (4)

5-6 Pivoter les talons à gauche (5), Pivoter les pointes à gauche (6)

7-8 Pivoter les talons à gauche (7), Pause et taper dans ses mains (8)

III RIGHT SIDE STEP, LEFT TOGETHER, RIGHT SIDE STEP, LEFT TOUCH, LEFT SIDE STEP, RIGHT TOGETHER, LEFT SIDE STEP, RIGHT TOUCH

1-2 Poser le PD à droite (1), Ramener le PG à côté du PD (2)

3-4 Poser le PD à droite (3), Toucher la pointe du PG à côté du PD (4)

5-6 Poser le PG à gauche (5), Ramener le PD à côté du PG (6)

7-8 Poser le PG à gauche (7), Toucher la pointe du PD à côté du PG (8)

IV LEFT PIVOT ¼ TURN, LEFT TOUCH, LEFT SIDE STEP, RIGHT TOUCH, LEFT PIVOT ¼ TURN, LEFT TOUCH, LEFT SIDE STEP, RIGHT TOUCH

1-2 Pivoter sur le PG ¼ tour à gauche et poser le PD à droite (1), Toucher la pointe du PG à côté du PD (2)

3-4 Poser le PG à gauche (3), Toucher la pointe du PD à côté du PG (4)

5-6 Pivoter sur le PG ¼ tour à gauche et poser le PD à droite (5), Toucher la pointe du PG à côté du PD (6)

7-8 Poser le PG à gauche (7), Toucher la pointe du PD à côté du PG (8)

PD: pied droit / PG: pied gauche / pdc :poids du corps