

SHAKE IT OFF

Chorégraphes : Alison Biggs & Peter Metelnick

Type : Danse en Ligne, 64 Temps, 4 Murs

Difficulté : Intermédiaire

Musique : *Shake It Off* par Taylor Swift, **156 Bpm**, (CD : 1989 Deluxe)

Note Départ : 16 temps sur Shake It Off par Taylor Swift

Comptes	Description	Suggestion Calling	Direction Sens
Section 1 RIGHT FORWARD STEP, LOCK, STEP, SCUFF, LEFT FORWARD STEP, LOCK, STEP, SCUFF			
1-2	En diagonale Av D, Pas PD en Av, Croiser PG derrière PD,	Step Lock	(1h30)
3-4	Pas PD en Av, Frotter Talon PG vers l'Av,	Step Scuff	
5-6	En diagonale Av G, Pas PG en Av, Croiser PD derrière PG,	Step Lock	(10h30)
7-8	Pas PG en Av, Frotter Talon PD vers l'Av,	Step Scuff	(12h)
Section 2 ¼ RIGHT JAZZ BOX, 1/8 RIGHT HEEL STEP, 1/8 RIGHT HEEL STEP			
1-2	Croiser PD devant PG, Pas PG en Ar,	Jazz Box	
3-4	¼ t à D avec Pas PD à D, Pas PG en Av,	¼ Right	¼ D (3h)
5-6	Toucher Talon PD en Av, 1/8 t à D et Poser PD sur place,	Heel Strut Turn	(4h30)
7-8	Toucher Talon PG en Av, 1/8 t à D et Poser PG sur place,	Heel Strut Turn	(6h)
Section 3 RIGHT FORWARD, TWIST LEFT TOGETHER & TOUCH, LEFT FORWARD DIAGONAL STEP TOUCH, RIGHT BACK DIAGONAL STEP TOUCH			
1-2	Grand Pas PD en diagonale Av D, Tourner Talon PG vers PD,	Slide Twist	Av
3-4	Tourner Pointe PG vers PG, Toucher Pointe PG à côté PD,	& Touch	
5-6	Pas PG en diagonale Av G, Toucher Pointe PD à côté PG,	Step Touch	
7-8	Pas PG en diagonale Ar D, Toucher Pointe PD à côté PG,	Back Touch	Ar
Section 4 LEFT BACK & HIP BUMPS, ¼ RIGHT STEP TOUCH, ½ LEFT STEP SCUFF			
1-2	Pas PG en diagonale Ar G et Pousser Hanche G à G, Pousser Hanche D à D,	Back Bump	Ar
3-4	Pousser Hanche G à G, Toucher Pointe PD à côté PG,	Bump	Sur place
5-6	Pas PD à D, ¼ t à D et Toucher Pointe PG à côté PD,	Bump Touch	
7-8	½ t à G avec Pas PG en Av, Frotter Talon PD vers l'Av,	Side ¼ Right	¼ D (9h)
		Turn Left Scuff	½ G (3h)
Section 5 RIGHT FORWARD ROCK/RECOVER, RIGHT BACK, LEFT KICK/HITCH, LEFT BACK, RIGHT BACK, LEFT BACK ROCK/RECOVER			
1-2	Pas PD en Av, Revenir PdC sur PG en Ar,	Rock Step	Sur place
3-4	Pas PD en Ar, Lancer Pointe PG vers l'Av et Monter Genou,	Back Kick Hitch	Ar
5-6	Pas PG en Ar, Pas PD en Ar,	Back Back	
7-8	Pas PG en Ar, Revenir PdC sur PD en Av,	Back Rock	Sur place

Section 6	LEFT SIDE TOE STRUT, RIGHT BACK ROCK/RECOVER, GRAPEVINE RIGHT		
1-2	Toucher Pointe PG à G, Poser Talon PG sur place,	Toe Strut	G
3-4	Pas PD en Ar, Revenir PdC sur PG en Av,	Back Rock	Sur place
5-6	Pas PD à D, Croiser PG derrière PD,	Right Vine	D
7-8	Pas PD à D, Croiser PG devant PD,	Cross	
Section 7	RIGHT SIDE TOE STRUT, LEFT BACK ROCK/RECOVER, GRAPEVINE LEFT WITH ½ LEFT & SCUFF/HITCH		
1-2	Toucher Pointe PD à D, Poser Talon PD sur place,	Toe Strut	D
3-4	Pas PG en Ar, Revenir PdC sur PD en Av,	Back Rock	Sur place
5-6	Pas PG à G, Croiser PD derrière PG,	Left Vine	G
7-8	¼ t à G avec Pas PG en Av, ¼ t à G et Frotter talon PD vers l'Av et Monter Genou D,	½ Turn Scuff	½ G (9h)
Section 8	RIGHT SIDE & BUMP HIPS RIGHT, BUMP LEFT, BUMP RIGHT, TOUCH RIGHT TOGETHER, ½ RIGHT MONTEREY TURN WITH CLAPS		
1-2	Pas PD à D en poussant Hanche D à D, Pousser Hanche G à G,	Bump Bump	Sur place
3-4	Pousser Hanche D à D, Pousser Hanche G à G et Toucher Pointe PD à côté PG,	Bump Touch	
5-6	Toucher Pointe PD à D, ½ t à D sur Ball PG avec PD à côté PG,	Monterey ½	½ D (3h)
7-8	Toucher Pointe PG à G, PG à côté PD, <i>Option : Frapper des mains sur les compte 6 à 8</i>	Turn (Clap)	
TAG	Sur le 7^{ème} mur, à la fin de la section 4 (9h), ajouter les pas suivants :		
1-2	Pas PD en Av, Pause,	Step Hold	Av
3-4	¼ t à G avec PdC sur PG à G, Pause,	¼ Left Hold	¼ G (6h)
5-6	Pousser Hanche D à D, Pousser Hanche G à G,	Bump Bump	Sur place
7-8	Pousser Hanche D à D, Balancer le Corps à G et Toucher Pointe PD à côté PG,	Bump Sway Touch	

Recommencer en gardant votre sourire

Si vous constatez une erreur de traduction, je vous remercie de le signaler à l'adresse mail ci-dessous

Shake It Off



Count: 64 **Wall:** 4 **Level:** Easy Intermediate
Choreographer: Alison Biggs & Peter Metelnick, TheDanceFactoryUK – Nov 2014
Music: Shake It Off – Taylor Swift

**Start after 8 count intro if you count slow; 16 if you count it fast –
Start approx. 5 secs into song – [3mins 35secs – 160 bpm]**

[1-8] R fwd step/lock/step/scuff, L fwd step/lock/step/scuff

1-4 On slight right diagonal: step R forward, lock L behind R, step R forward, scuff L forward

5-8 On slight left diagonal: step L forward, lock R behind L, step L forward, scuff R forward

[9-16] ¼ R jazz box, 1/8 R heel step, 1/8 R heel step

1-4 Cross step R over L, step L back, turning ¼ right step R side, step L forward (3 o'clock)

5-8 Touch R heel forward, turning 1/8 right step R down, touch L heel forward, turning 1/8 right step L down (6 o'clock)

[17-24] R fwd, twist L together & touch, L fwd diagonal step touch, R back diagonal step touch

1-4 Step R forward on right diagonal (bigger step), twist L heel in, twist L toes in, touch L together

5-8 Step L forward on left diagonal, touch R together, step R back on right diagonal, touch L together

[25-32] L back & hip bumps, ¼ R step touch, ½ L step scuff

1-4 Step L back on left diagonal bumping hips L, bump hips R, bump hips L, touch R together

5-8 Step R side, touch L together turning body ¼ to right, turning body ½ left step L forward, scuff R forward (3 o'clock)

TAG/RESTART WALL 7:

During wall 7 which starts facing the back wall, dance the first 32 counts to end facing left side wall.

Add the 8 count Tag and Restart the dance facing the back wall.

1-4 Step R forward, hold, pivot ¼ left, hold

5-8 Bump hips R, L, R, as you sway your hips to the left touch R together

[33-40] R fwd rock/recover, R back, L kick/hitch, L back, R back, L back rock/recover

1-4 Rock R forward, recover weight on L, step R back, kick/hitch L

5-6 Step L back, step R back, rock L back, recover weight on R

[41-48] L side toe strut, R back rock/recover, grapevine right

1-4 Touch L toes side, step L down, rock R back, recover weight on L

5-8 Step R side, cross step L behind R, step R side, cross step L over R

[49-56] R side toe strut, L back rock/recover, grapevine left with ½ L & scuff/hitch

1-4 Touch R toes side, step R down, rock L back, recover weight on R

5-8 Step L side, cross step R behind L, turning ¼ left step L forward, turning ¼ left on L scuff/hitch R (9 o'clock)

[57-64] R side & bump hips R, bump L, bump R, touch R together, ½ R Monterey turn with claps

1-4 Step R side bumping hips, bump hips L, bump hip R, bump hips L touching R together

5-8 Point R side, turning ½ right step R together, point L side, step L together (3 o'clock)

(Optional claps on 6-7-8 as you execute the Monterey turn which hits the claps in the song)

BIG ENDING: Step R forward and strike a pose!

Contact - Tel: 01462 735778 - Email: info@thedancefactoryuk.co.uk - Website: www.thedancefactoryuk.co.uk

