«La Country, la danse qui muscle les mollets et le cerveau. »

Shuffle Boogie Soul (S.B.S.)

Chorégraphe : Ira Weisburd (2010)
Description : En lignes 4 murs – 48 temps – Débutants

1-8 Right Lindi, Left Lindi
1&2 Pas chassé (D-G-D) à droite
3 – 4 Pas G (rock) en arrière, revenir sur D
5 & 6 Pas chassé (G-D-G) à gauche
7 – 8 Pas D (rock) en arrière, revenir sur G

9-16 Triples Forward, Rock Forward & Back
1 & 2 Pas chassé (D-G-D) en avant
3 & 4 Pas chassé (G-D-G) en avant
5 – 8 Pas D (rock) en avant, revenir sur G, revenir sur D, revenir sur G
Style : Balancer les hanches en faisant les rock steps

17-24 Triples Backward, Rock Back & Forward
1 & 2 Pas chassé (D-G-D) en arrière
3 & 4 Pas chassé (G-D-G) en arrière
5 – 8 Pas D (rock) en arrière, revenir sur G, revenir sur D, revenir sur G
Style : Balancer les hanches en faisant les rock steps

25-32 Triple Forward, Step 1⁄2 Turn, Repeat
1 & 2 Pas chassé (D-G-D) en avant
3 – 4 Pas G en avant, 1⁄2 tour à droite et poids du corps sur D 6 :00
5 & 6 Pas chassé (G-D-G) en avant
7 – 8 Pas D en avant, 1⁄2 tour à gauche et poids du corps sur G 12 :00

33-40 Side Steps with Claps
1 – 2 Pas D à droite, toucher (tap) G à côté de D + clap
3 – 4 Pas G à gauche, toucher (tap) D à côté de G + clap
5 – 6 Pas D à droite, toucher (tap) G à côté de D + clap
7 – 8 Pas G à gauche, toucher (tap) D à côté de G + clap

41-48 R Temptation Steps, L Temptation Steps with 1/4 Turn Left
1 – 2 Pas D (rock) en avant dans la diagonale, revenir sur G
3 – 4 Revenir sur D, clap
5 – 6 Pas G (rock) en avant dans la diagonale, revenir sur D
7 – 8 Revenir sur G avec 1⁄4 de tour à gauche (9h), clap
Style : Fléchir légèrement les genoux et lever le haut du corps en faisant les rock steps

Reprendre depuis le début… Souriez !

Si Seniors !