



STRETCH YOUR LEGS

Chorégraphe : Larry Bass
Description : Danse en ligne, 2 murs, 32 comptes
Niveau : Novice
Musique : “Bad for good” de Deryl Dodd
“I get so rattled” de Jill Morris
Départ : sur les paroles

1-8 KICK & ROMP & STEP ¼ TURN, SAILOR SHUFFLES

1&2 Kick PD devant, Joindre PD au PG, Taper le talon PG devant
&3-4 Joindre PG au PD, Poser PD devant, ¼ de tour à gauche (PDC sur PG)
5&6 Croiser PD derrière PG, PG à gauche, PD légèrement en diagonale avant droite
7&8 Croiser PG derrière PD, PD à droite, PG légèrement en diagonale avant gauche

9-16 SYNCOPATED BEHIND CROSS STEPS, SIALOR SHUFFLE, SAILOR SHUFFLE WITH HEEL TOUCH

1&2& Croiser PD derrière PG, PG à gauche, Croiser PD derrière PG, PG à gauche
3&4 Croiser PD derrière PG, PG à gauche, Croiser PD derrière PG
5&6 Croiser PG derrière PD, PD à droite, PG légèrement en diagonale avant gauche
7&8 Croiser PD derrière PG, PG à gauche, Taper le talon PD légèrement en diagonale avant droite

17-24 VAUDEVILLE STEPS, CROSSOVER SHUFFLE, SIDE ROCK, ¼ TURN

&1&2 Joindre PD au PG, Croiser PG devant PD, PD à droite, Taper le talon PG devant
&3&4 Joindre PG au PD, Croiser PD devant PG, PG à gauche, Taper le talon PD devant
&5&6 Joindre PD au PG, Croiser PG devant PD, PD à droite, Croiser PG devant PD
7-8 PD à droite, ¼ de tour à gauche PDC sur PG

25-32 FORWARD SHUFFLE, STEP PIVOT, TURNING SHUFFLE, ROCK STEP

1&2 Shuffle avant DGD
3-4 PG devant, ½ tour droit PDC sur PD
5&6 Triple steps ½ tour droit GDG
7-8 Rock arrière PD, Revenir PDC sur PG

Note : PD = pied droit ; PG = pied gauche ; PDC = poids du corps ; Shuffle = pas chassés avant ou arrière ; Triple steps = pas chassés sur place ou en tournant ; Kick = coup de pied