

Up, Side, Down

Chorégraphie : Marthe Thibeault

Description : Danse en ligne, 48 comptes, 4 murs

Niveau : Intermediaire

Musique : « *Upside Down* » by My Baby [CD : Disco Dance Hits 1976-1996]

Source : Workshop avec K. Hunyadi, Salon de Provence, Juillet 2006

1-8 6 walks forward, step right, step left

1-6 Avancer en marchant PD, PG, PD, PG, PD, PG

7-8 Pas PD sur place, pas PG sur place

Mouvement des bras (les 2 bras bougent en même temps)

Bras Gauche (bien tendu)

1 Lever au dessus de la tête

2 Baisser au niveau des hanches

3-6 Répéter 1-2 plusieurs fois

7-8 Les 2 bras restent en bas pendant que vous marchez sur place PD, PG

Bras droit (bien tendu)

1 Lever au dessus de la tête

2 Tendre du côté droit

3 Baisser au niveau des hanches

4-6 Répéter 1-3 (en haut, côté, en bas = up, side, down)

7-8 Les 2 bras restent en bas pendant que vous marchez sur place PD, PG

9-16 Right coaster, ½ turn pivot, left shuffle forward, ¼ left, right side shuffle

1&2 Coaster step : pas PD en arrière, Pas PG en arrière près du PD, Pas PD en avant

3-4 Pas PG en avant, ½ tour à droite avec le PDC sur le PD

5&6 Triple step en avant (GDG)

7&8 ¼ tour à gauche, triple step vers la droite (DGD)

17-24 Cross step, ¼ turn kick, cross shuffle, step cross, hold, bounce, bounce

1-2 Croiser PG devant le PD, ¼ de tour à gauche sur la plante du PG, kick PD à droite

3&4 Triple step cross (DGD) : PD croisé devant PG, PG à gauche, PD croisé devant PG

&5 PG à gauche, croiser PD devant PG

6 Hold

7-8 Lever et baisser les talons 2 fois, genoux fléchis (finir avec le PDC sur le PD)

25-32 Point cross, point & point, cross point, point & point

1-2 Pointer PG à gauche, croiser le PG devant le PD

3&4 Pointer PD à droite, ramener le PD près du PG, pointer PG à gauche

5-6 Croiser le PG devant le PD, pointer PD à droite

&7&8 Ramener le PD près du PG, pointer le PG à gauche, ramener le PG près du PD, pointer le PD à droite

33-40 Bend knees, point left, ¼ turn left, left forward shuffle, skate right, left, right, left

1-2 Plier les genoux, déplacer le PDC sur le PD et pointer le PG à G

3&4 ¼ de tour à gauche (ou 1 tour ¼), triple step en avant (GDG)

5-6 Skate droite, gauche

7-8 Skate droite, gauche

40-48 3 walks back with touch, 3 walks back with touch

1-4 Reculer PD, PG, PD, touch PG à côté du PD

5-8 Reculer PG, PD, PG, touch PD à côté du PG

Trad. et adapt. MB / aicirits.country@yahoo.fr



Cette fiche est sous licence Creative Commons - Paternité - Partage des conditions initiales à l'identique 2.0 France disponible sur <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/2.0/fr/>