

COUNTRY GIRL SHAKE

Danse : 4 murs (32 temps), débutant/intermédiaire
Chorégraphes : Michele Adlam & Maria Henning Hunt (Avril 2011)
Musique : Country Girl *Shake It For Me* (Luke Bryan) – 106 BPM – intro 32 temps
Vidéo : <http://www.youtube.com/watch?v=jLTyjF2DJVU>

- 1 – 8** **WALK X2, HIP BUMPS, ROCK STEP, TRIPLE 1/2 TURN LEFT**
1, 2 Avancer 2 pas DG
3 & 4 Pied D avant & balancer hanches avant + balancer arrière + balancer avant
5, 6 Rock pied G avant + revenir sur pied D
7 & 8 Triple step GDG en tournant ½ tour à gauche (6h)
- 9 – 16** **WALK X2, HIP BUMPS, ROCK STEP, 1/4 TURN LEFT & SIDE SHUFFLE**
1, 2 Avancer 2 pas DG
3 & 4 Pied D avant & balancer hanches avant + balancer arrière + balancer avant
5, 6 Rock pied G avant + revenir sur pied D
7 & 8 ¼ tour à gauche & shuffle de côté vers la gauche GDG (3h)
- 17 – 24** **CROSS ROCK, 1/4 TURN RIGHT, MAMBO 1/2 TURN LEFT, FWD MAMBO, HIP BUMPS**
1 & 2 Rock croisé pied D devant pied G + revenir sur pied D + ¼ tour à droite & pied D avant (6h)
3 & 4 Rock pied G avant + revenir sur pied D + ½ tour à gauche & pied G avant (12h)
5 & 6 Rock pied D avant + revenir sur pied G + pied D arrière
7 & 8 Balancer hanches avant + balancer arrière + balancer arrière (poids sur pied G)
- 25 – 32** **HEEL & HEEL & HEEL GRIND 1/4 TURN RIGHT, COASTER STEP, SHUFFLE FULL TURN RIGHT (OR JUST SHUFFLE)**
1 & Talon D avant + assembler pied D au pied G
2 & Talon G avant + assembler pied G au pied D
3, 4 Écraser talon D avant & pivoter plante ¼ tour à droite + revenir sur pied G (3h)
5 & 6 Pied D arrière + assembler pied G au pied D + pied D avant
7 & 8 Shuffle GDG en faisant 1 tour complet à droite et en progressant vers l'avant
7 & 8 *option* *Shuffle avant GDG*



Traduite par Johane Beudet, prof. diplômée APDEL
Pour Sylvianne Patry, prof. – École De Danse **LES FANS DU COUNTRY**
Courriel : daniel_sylvianne@bell.net • beudetlegare@sympatico.ca
Site web : www.lesfansducountry.com
Référence : <http://www.kickit.to/ld/>