

MEXICAN X-PRESS

Danse : Partenaire (32 temps), débutant/intermédiaire
Position Right Open Promenade, face LOD

Chorégraphes : Diane Girard & Jacques Godin (Décembre 2012)

Musique : Mail Myself To Mexico (Marven James) – 126 BPM – intro 32 temps

Vidéo : http://www.youtube.com/watch?v=cCBrylzyFtl&feature=player_detailpage

HOMME

FEMME

1 – 8	MAN & LADY : ROCK STEP, SHUFFLE BACK, ROCK BACK, SHUFFLE FWD	
1, 2	Rock pied G avant + revenir sur pied D	Rock pied D avant + revenir sur pied G
3 & 4	Shuffle arrière GDG	Shuffle arrière DGD
5, 6	Rock pied D arrière + revenir sur pied G	Rock pied G arrière + revenir sur pied D
7 & 8	Shuffle avant DGD	Shuffle avant GDG

9 – 16	MAN & LADY : 1/4 TURN SIDE, BEHIND, SIDE, CROSS, LARGE SIDE, SLIDE/TAP, ROCK BACK	
1, 2	¼ tour à droite & pied G à gauche + croiser pied D derrière pied G	¼ tour à gauche & pied D à droite + croiser pied G derrière pied D
	Vous êtes maintenant en Position Double Hand Hold, homme face OLOD, femme face ILOD	
3, 4	Pied G à gauche + croiser pied D devant pied G	Pied D à droite + croiser pied G devant pied D
5, 6	Grand pas du pied G à gauche + glisser & pointer pied D au pied G	Grand pas du pied D à droite + glisser & pointer pied G au pied D
7, 8	Rock pied D arrière + revenir sur pied G	Rock pied G arrière + revenir sur pied D

17 – 24	MAN & LADY : LARGE SIDE, SLIDE/TAP, ROCK BACK, SIDE TAP, SHUFFLE 1/4 TURN	
1, 2	Grand pas du pied D à droite + glisser & pointer pied G au pied D	Grand pas du pied G à gauche + glisser & pointer pied D au pied G
3, 4	Rock pied G arrière + revenir sur pied D	Rock pied D arrière + revenir sur pied G
5, 6	Pied G à gauche + pointer pied D au pied G	Pied D à droite + pointer pied G au pied D
	Lâcher main D/homme & G/femme	
7 & 8	¼ tour à droite & shuffle avant DGD	¼ tour à gauche & shuffle avant GDG
	Vous êtes maintenant en Position Left Open Promenade, face RLOD	

25 – 32	MAN & LADY : STEP, PIVOT 1/2 TURN, SHUFFLE FWD, FULL TURN, SHUFFLE FWD	
	Lâcher les mains	
1, 2	Pied G avant + pivot ½ tour à droite	Pied D avant + pivot ½ tour à gauche
	Vous êtes maintenant en Position Right Open Promenade, face LOD	
3 & 4	Shuffle avant GDG	Shuffle avant DGD
	Lâcher les mains	
5, 6	Tour complet à gauche DG en progressant vers LOD	Tour complet à droite GD en progressant vers LOD
	Vous êtes maintenant en Position Right Open Promenade, face LOD	
7 & 8	Shuffle avant DGD	Shuffle avant GDG



Écrite 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.countrydansemag.com> et la vidéo des chorégraphes