



All shook up

Musique : All shook up (Billy Joel)
(156 bpm)

Chorégraphe : Naomi Fleetwood

Type : Danse en ligne, phrasée, 1 murs, ECS

Niveau : Intermédiaire

PART A:

SHUFFLE FORWARD LEFT AND RIGHT, GRAPEVINE LEFT AND TOUCH

- 1 & 2 Pas chassé en avant (PG – PD – PG)
3 & 4 Pas chassé en avant (PD – PG – PD)
5 – 8 PG à gauche – PD derrière PG – PG à gauche – Toucher PD près du PG

SHUFFLE BACKWARDS RIGHT AND LEFT, GRAPEVINE RIGHT AND TOUCH

- 1 & 2 Pas chassé en arrière (PD – PG – PD)
3 & 4 Pas chassé en arrière (PG – PD – PG)
5 – 8 PD à droite – PG derrière PD – PD à droite – Toucher PG près du PD

WALK FORWARD LEFT, RIGHT, LEFT, KICK RIGHT, WALK BACK RIGHT, LEFT, RIGHT, TOUCH LEFT

- 1 – 2 PG devant – PD devant
3 – 4 PG devant – Lancer PD en avant
5 – 6 PD derrière – PG derrière
7 – 8 PD derrière – Toucher PG près du PD

STOMP LEFT, CLAP, HOLD, ROLL HIPS TWICE

- 1 – 2 Frapper PG à gauche (*allonger le bras G à gauche*) – Frapper les mains à la gauche
3 – 4 Pause (*Garder le bras gauche tendu et ramener la main droite à hauteur de l'estomac*) – Pause
5 – 6 Rouler les hanches de droite à gauche sur deux temps
7 – 8 Rouler les hanches de droite à gauche sur deux temps

GRAPEVINE LEFT, TOUCH, PIVOT ½ TURN LEFT (2X), GRAPEVINE RIGHT, TOUCH, PIVOT ½ TURN RIGHT (2X)

- 1 – 4 PG à gauche – PD derrière PG – PG à gauche – Toucher PD près du PG
5 – 6 PD devant – ½ tour à gauche
7 – 8 PD devant – ½ tour à gauche

GRAPEVINE RIGHT, TOUCH, PIVOT ½ TURN RIGHT (2X)

- 1 – 4 PD à droite – PG derrière PD – PD à droite – Toucher PG près du PD
5 – 6 PG devant – ½ tour à droite
7 – 8 PG devant – ½ tour à droite

... ..

PARTIE B

GRAPEVINE LEFT, ½ TURN LEFT HITCH RIGHT, WALK BACKWARD, TOE STRUT FORWARD

1 – 4 PG à gauche – PD derrière PG – PG à gauche – ½ tour à gauche en levant genou droit

5 – 8 PD derrière – PG derrière – PD derrière – PG derrière

9 – 12 Plante PG devant – Abaisser le talon – Plante PD devant – Abaisser le talon

13 – 16 Plante PG devant – Abaisser le talon – Plante PD devant – Abaisser le talon

Recommencer les pas 1 – 16

NB :à la dernière reprise :

1 – 4 Plante PG devant – Abaisser le talon – Plante PD devant – Abaisser le talon

5 – 6 Frapper PG à gauche (*allonger le bras G à gauche*) – Frapper les mains à la gauche

7 – 8 Pause (*Garder le bras gauche tendu et ramener la main droite à hauteur de l'estomac*) – Pause

Recommencer selon la structure A – AB – AB – AB en gardant le sourire!!!!