

Traduction

et mise en page :



Michel Simon

NTA fundamental V
www.kicknclap.com

COUNTRY GIRL SHAKE

Choregraphes : Michele Adam & Maria Hennings Hunt

Ligne, 32 temps, 4 murs,
Débutants/Intermediaires

Conventions : PD= Pied Droit - PG=Pied Gauche - D=Droite - G=Gauche - PdC = Poids du corps

Séquence 1

WALK, WALK, HIP BUMPS, ROCK RECOVER, SHUFFLE TURN 1/2 LEFT

1-2	Avance PD, avance PG	PD avance	PG avance	
3&4	PD avance, 3 bumps	PD pose devant, bump hance avant	Bump hanche arrière	Bump hanche avant
5-6	Rock avant PG	PG pose en avant	PD reprend PdC	
7&8	Triple 1/2 à G	PG pose à G 1/4 T G	PD pose près PG	PG en avant 1/4 T à G 6h

Séquence 2

WALK, WALK, HIP BUMPS, ROCK RECOVER, CHASSE TURN 1/4 LEFT

1-2	Avance PD, avance PG	PD avance	PG avance	
3&4	PD avance, 3 bumps	PD pose devant, bump hance avant	Bump hanche arrière	Bump hanche avant
5-6	Rock avant PG	PG pose en avant	PD reprend PdC	
7&8	Triple 1/4 à G	PG pose à G 1/4 T G	PD pose près PG	PG pose à G 3h

Séquence 3

CROSS ROCK 1/4 TURN, MAMBO 1/2 TURN, FORWARD MAMBO, HIP BUMPS

1&2	PD Rock croisé 1/4 à D & pose à D	PD croise devant PG	& PG reprend PdC	
			PD pose à D avec 1/4 à D	6h
3&4	Mambo 1/2 à G	PG pose en avant	PD reprend PdC avec 1/2 à G	PG pose à G 12h
5&6	Mambo avant PD	PD pose en avant	PG reprend PdC	PD recule
7&8	Bump avant, arrière, avant	PdC sur PG hanche G avant	Hanche D en arrière	Hanche G en avant

Séquence 4

HEEL & HEEL & HEEL GRIND 1/4 TURN, COASTER STEP, SHUFFLE FULL TURN RIGHT (OR JUST SHUFFLE)

1&	Talon D, & pose PD	PD touche talon devant	PD pose sur place	
2&	Talon G & pose PG	PG touche talon devant	PG pose sur place	
3-4	Talon D grind 1/4 à D	PD appui sur talon 1/4 à D	PG reprend PdC	
5&6	Coaster step PD	PD pose en arrière	PG pose près PD	PD avance
7&8	Triple tour complet à D	PG recule 1/2 tour à D	PD pose près PG	PG avance 1/2 tour à D

Option 7&8 : triple avant G D G

Recommencer avec le sourire!

Musique :

COUNTRY GIRL (Shake It For Me) par Luke BRYAN - 106 bpm - Intro 32 temps

