

# In My Bed (fr)

**COPPER** **KNOB**  
BY STEPHENETS

拍数: 96      墙数: 4      级数: High Beginner - Phrasee  
编舞者: Syndie BERGER (FR) - Avril 2016  
音乐: Jump Into My Bed - Lou Bega



Intro : 32 temps

« FICHE DE DANSE ORIGINALE ECRITE PAR LA CHOREGRAPHE »

ORDRE DE LA DANSE : AA AB – AA AB – AA AB – C

**PARTIE A: 32 temps**

**SECT-A1: RIGHT VINE – SWIVEL HEELS – TOES – HEELS - KICK**

- 1 – 2      Poser PD à D – Croiser PG derrière PD
- 3 – 4      Poser PD à D – Rassembler PG à côté PD
- 5 – 6      Pivoter les talons à G – Pivoter les pointes à G
- 7 – 8      Pivoter les talons à G (pdc à G) – Coup de pied D (kick) en diagonale avant D

**SECT-A2: ROCK BACK – SIDE TRIPLE – ROCK BACK – STEP ¼ TURN**

- 1 – 2      Poser PD en arrière – Revenir sur PG (rock step)
- 3 & 4      Pas chassé D-G-D sur le côté D
- 5 – 6      Poser PG en arrière – Revenir sur PD (rock step)
- 7 – 8      Avancer PG – Pivoter ¼ de tour à D (pdc à D) (face 3:00)

**SECT-A3: STOMP FORWARD – HEEL-TOE-HEEL – STOMP FORWARD – HEEL-TOE-HEEL**

- 1 – 2      Frapper PG en avant (stomp) – Tourner talon D vers l'intérieur
- 3 – 4      Tourner pointe D vers l'intérieur – Tourner talon D vers l'intérieur (PD à côté PG) (pdc à G)
- 5 – 6      Frapper PD en avant (stomp) – Tourner talon G vers l'intérieur
- 7 – 8      Tourner pointe G vers l'intérieur – Tourner talon G vers l'intérieur (PG à côté PD) (pdc à D)

**SECT-A4: DIAGONAL BACK TOUCH WITH CLAPS x 3 – HIP BUMP**

- 1 – 2      Reculer PG en diagonale arrière G – Toucher plante D à côté PG en frappant dans les mains (clap)
- 3 – 4      Reculer PD en diagonale arrière D – Toucher plante G à côté PD en frappant dans les mains (clap)
- 5 – 6      Reculer PG en diagonale arrière G – Toucher plante D à côté PG en frappant dans les mains (clap)
- 7 – 8      Donner un coup de hanche à D – Revenir poids du corps à G

**PARTIE B: 32 temps**

**SECT-B1: SLOW OUT-OUT TWICE – STEP 1/8 TURN TWICE WITH HIP ROLL**

- 1 – 2      Avancer PD – Poser PG à G (out-out)
- 3 – 4      Reculer PD – Poser PG à G (out-out)
- 5 – 6      Poser plante D en avant – Pivoter 1/8 de tour à G en roulant les hanches
- 7 – 8      Poser plante D en avant – Pivoter 1/8 de tour à G en roulant les hanches (face 9:00) (pdc à G)

**SECT-B2: & JUMP FORWARD CLAP - & JUMP BACK CLAP – STEP 1/8 TURN TWICE WITH HIP ROLL**

- & 1-2      Avancer PD (&) - Poser PG à G (petit saut en avant) – Frapper dans les mains (clap)
- & 3-4      Reculer PD (&) - Poser PG à G (petit saut en arrière) – Frapper dans les mains (clap)
- 5 – 6      Poser plante D en avant – Pivoter 1/8 de tour à G en roulant les hanches
- 7 – 8      Poser plante D en avant – Pivoter 1/8 de tour à G en roulant les hanches (face 6:00) (pdc à G)

### **SECT-B3: SLOW OUT-OUT TWICE – STEP 1/8 TURN TWICE WITH HIP ROLL**

- 1 – 2 Avancer PD – Poser PG à G (out-out)
- 3 – 4 Reculer PD – Poser PG à G (out-out)
- 5 – 6 Poser plante D en avant – Pivoter 1/8 de tour à G en roulant les hanches
- 7 – 8 Poser plante D en avant – Pivoter 1/8 de tour à G en roulant les hanches (face 3:00) (pdc à G)

### **SECT-B4: & JUMP FORWARD CLAP - & JUMP BACK CLAP – STEP 1/8 TURN TWICE WITH HIP ROLL**

- & 1-2 Avancer PD (&) - Poser PG à G (petit saut en avant) – Frapper dans les mains (clap)
- & 3-4 Reculer PD (&) - Poser PG à G (petit saut en arrière) – Frapper dans les mains (clap)
- 5 – 6 Poser plante D en avant – Pivoter 1/8 de tour à G en roulant les hanches
- 7 – 8 Poser plante D en avant – Pivoter 1/8 de tour à G en roulant les hanches (face 12:00) (pdc à G)

### **PARTIE C: 32 temps**

(La partie ne se danse qu'une fois à la fin face 3:00, pour permettre de finir face 12:00)

#### **SECT-C1: CROSS POINT TWICE & CLICK – JAZZ BOX WITH ¼ TURN**

- 1 – 2 Croiser PD devant PG – Pointer PG à G en cliquant des doigts
- 3 – 4 Croiser PG devant PD – Pointer PD à D en cliquant des doigts
- 5 – 6 Croiser PD devant PG – Reculer PG
- 7 – 8 Poser PD à D en faisant ¼ de tour à D – Avancer PG (face 6:00)

#### **SECT-C2: CROSS POINT TWICE & CLICK – JAZZ BOX WITH ¼ TURN**

- 1 – 2 Croiser PD devant PG – Pointer PG à G en cliquant des doigts
- 3 – 4 Croiser PG devant PD – Pointer PD à D en cliquant des doigts
- 5 – 6 Croiser PD devant PG – Reculer PG
- 7 – 8 Poser PD à D en faisant ¼ de tour à D – Avancer PG (face 9:00)

#### **SECT-C3: CROSS POINT TWICE & CLICK – JAZZ BOX WITH ¼ TURN**

- 1 – 2 Croiser PD devant PG – Pointer PG à G en cliquant des doigts
- 3 – 4 Croiser PG devant PD – Pointer PD à D en cliquant des doigts
- 5 – 6 Croiser PD devant PG – Reculer PG
- 7 – 8 Poser PD à D en faisant ¼ de tour à D – Avancer PG (face 12:00)

#### **SECT-C4: CROSS POINT TWICE & CLICK – JAZZ BOX**

- 1 – 2 Croiser PD devant PG – Pointer PG à G en cliquant des doigts
- 3 – 4 Croiser PG devant PD – Pointer PD à D en cliquant des doigts
- 5 – 6 Croiser PD devant PG – Reculer PG
- 7 – 8 Poser PD à D – Avancer PG

### **REPRENDRE LA DANSE DU DEBUT ET SOURISSEZ !!**

**\*\* Contact : [petitesyndie@hotmail.fr](mailto:petitesyndie@hotmail.fr)**

**\*\* Site Web : <http://petitesyndie.wixsite.com/syndieberger>**

---