

Bang Dem ! (fr)

拍數: 32 牆數: 2 級數: Intermédiaire
編舞者: Sébastien Émond (CAN) - Mars 2015
音樂: Bang Dem Sticks - Meghan Trainor



Départ : 4 Temps

[1-8] □ SIDE WITH SLIDE , COASTER STEP, CROSS, SIDE, COASTER STEP

1-2 PD à D , Glissée le PG jusqu'au PD
3&4 PG derrière, assemblé PD au PG, PG devant
5-6 Croisée Pd devant PG, PG à G
7&8 PD derrière, Assemblé PG au PD, PD devant

[9-16] □ TOUCH, FLICK IN ¼ TURN, STEP, SWIVEL WITH ½ TURN, BRUSH ¾ TURN, SAILOR CROSS , SIDE, VAUDEVILLE

1&2 Touché la plante du PG devant le PG, coup de PG derrière en touchant le talon avec votre main G en effectuant un ¼ de tour vers la D, Marche avant PG
3&4 Pivoté les talons Vers la G, revenez à votre position & pivoté les talons vers la g, en effectuant ½ tour vers la D , dégager le pied de votre jambe droite afin effectuée un balayage avec la plante de votre PD en 3 /4 de tour vers la D
5&6 PD croisée derrière PG, PG à G & PD croisée devant PD
&7&8 PG à G, croisée PD devant PG, PG à G & talon PD en avant

[17-24] □ SIDE , CROSS HEEL GRIND WITH SLIDE, CROSS SHUFFLE, SIDE WITH SLIDE, BALL STEP, SIDE , BALL STEP

&1-2 PD à D, Croisée PG devant PD en ayant la plante du PG levée Faire pivotée le talon G vers la G en glissant le PD vers la D
3&4 PG croisée devant PD, PD à D, PG croisée devant PD
5 PD à D en glissant le PG jusqu'au PD
6& PG légèrement a G & marche avant PD
7&8 PG à G , PD légèrement vers la G et Marche avant PG

[25-32] □ ROCK STEP FWD, SHUFFLE FULL TURN , POINT IN ¼ TURN BUMP AND BUMP WITH SHRUGS, SYNCOPATED STEP FWD IN ¼ TURN WITH BODY ROLL

1-2 PD devant balancer le poids sur le PG
3&4 PD assemblé au PG en ½ tour vers la D, PG en ¼ de tour vers la D & PD assemblé en ¼ de tour vers la D
5&6 Pointé la plante du PG en ¼ de tour vers la D , Double coup de hanche G vers la G en effectuant un double coup d'épaule D vers le Haut
&7-8 Assemble PD a PG & Marche PG en ¼ de tour vers la G ,

Poussée la poitrine vers l'Avant roulée le pied de l'avant vers l'arrière en remettant votre poitrine au point de départ

Bonne Danse! Have Fun!

Contact : countrydanceweb@gmail.com