STRETCH YOUR LEGS

Musique : * I Get So Rattled par Jill Morris
Chorégraphe : Larry Bass
Type : 4 murs, vers la G
Comptes :32 comptes – 40 pas
Niveau : Novice **WCS** 105 **Début :** 2x8

1 – 8 KICK & ROMP & STEP 1/4 TURN, SAILOR SHUFFLES

1 & 2	Kick PD devant, pas PD derrière, talon PG devant (dans la diagonale)
&	Ramener le PG à côté du PD
3 – 4	Pivot 1/4 tour à G (pas PD devant, 1/4 tour à G et passer le PDC sur le PG)
5 & 6	Sailor step PD modifié (pas PD croisé derrière le PG, pas PG à G, pas PD devant dans la diagonale)
7 & 8	Sailor step PG modifié (pas PG croisé derrière le PD, pas PD à D, pas PG devant dans la diagonale)

9 – 16 SYNCOPATED BEHIND CROSS STEPS, SAILOR SHUFFLE, SAILOR SHUFFLE WITH HEEL TOUCH

1 &	Croiser le PD derrière le PG, pas PG à G
2 &	Croiser le PD derrière le PG, pas PG à G
3 &	Croiser le PD derrière le PG, pas PG à G
4	Croiser le PD derrière le PG
5 & 6	Sailor step PG modifié (pas PG croisé derrière le PD, pas PD à D, pas PG devant dans la diagonale)
7 & 8	Sailor step PD modifié (pas PD croisé derrière le PG, pas PG à G, talon PD devant dans la diagonale)

17 – 24 VAUDEVILLE STEPS, CROSS OVER SHUFFLE, SIDE ROCK, 1/4TURN

& 1 & 2	Pas PD derrière, croiser le PG devant le PD, pas PD à D, touche talon PG devant dans la diagonale
& 3 & 4	Pas PG derrière, croiser le PD devant le PG, pas PG à G, touche talon PD devant dans la diagonale
&	Pas PD derrière
5 & 6	Croiser le PG devant le PD, pas PD à D, croiser le PG devant le PD
7 – 8	Pas PD à D, pas PG à G avec 1/4 de tour à G

25 – 32 FORWARD SHUFFLE, STEP PIVOT, TURNING SHUFFLE, ROCK STEP

1 & 2	Triple Step PD devant (D, G, D)
3 – 4	Pivot 1/2 tour à D (pas PG devant, 1/2 tour à D et passer le PDC sur le PD)
5 & 6	Triple Step PG avec 1/2 tour à D (G, D, G)
7 – 8	Rock step PD derrière (pas PD pas en arrière, revenir sur le PG)

REPRENDRE AU DEBUT, SANS PERDRE LE SOURIRE !

Cette danse a été préparée pour les associations Ur Begi, Les Barthes, Eztitasuna, L'espace Créatif, Braou et Biarritz. Se reporter impérativement à la feuille de danse originale du chorégraphe qui seule fait foi…