



COUNTRY GIRL SHAKE

(Secoue la fille du pays)

Chorégraphe : Michèle Adlam & Maria Hennings Hunt
Niveau : Novice
Danse : En ligne 32 temps 4 murs
Notes : Les chiffres entourés indiquent un hold — La flèche indique le sens de la danse
Lorsque des heures sont indiquées, elles le sont pour un départ à 12h ↴

Description des pas :

Séquence 1 (1 à 8) : Walk, walk, step & bump, bump, bump, rock forward, shuffle ½ turn

1-2 Avance, avance : Avancer le PD, avancer le PG
3&4 Bumps : Avancer le PD avec un bump devant, bump derrière, bump devant
5-6 Rock avant : Avancer le PG, reprendre le PDC sur le PD
7&8 Chassés ½ T à G : Poser le PG à G avec ¼ T à G, le PD rejoint le PG, avancer le PG avec ¼ T à G (6h)

Séquence 2 (9 à 16) : Walk, walk, step & bump, bump, bump, rock forward, shuffle ¼ turn

1-2 Avance, avance : Avancer le PD, avancer le PG
3&4 Bumps : Poser le PD devant avec bump devant, bump derrière, bump devant
5-6 Rock avant : Avancer le PG, reprendre le PDC sur le PD
7&8 Chassés ¼ T à G : Poser le PG à G avec ¼ T à G, le PD rejoint le PG, poser le PG à G (3h)

Séquence 3 (17 à 24) : Cross rock ¼ turn, mambo ½ turn, mambo forward, step & bump, bump, bump

1&2 Rock croisé ¼ T à D : Croiser le PD devant le PG, reprendre le PDC sur le PG, poser le PD à D avec ¼ T à D (6h)
3&4 Mambo ½ T à G : Avancer le PG, reprendre le PDC sur le PD, avancer le PG après ½ T à G (12h)
5&6 Mambo : Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG, reculer le PD
7&8 Bumps : Avancer le PG avec bump devant, bump derrière, bump devant

Séquence 4 (25 à 32) : Heels switches, heel grind, coaster step, full turn

1&2& Talon & talon & : Taper le talon D devant, poser le PD près du PG, taper le talon G devant, poser le PG près du PD
3-4 ¼ T à D : Tourner ¼ T à D sur le talon D, reprendre le PDC sur le PG derrière (3h)
5&6 Coaster step : Reculer le PD, poser le PG près du PD, avancer le PD
7&8 Tour complet, avance : Reculer le PG avec ½ T à D, avancer le PD avec ½ T à G, avancer le PG
Option : Triple avant : Remplacer le full turn (7&8) par un triple avant : Avancer le PG, le PD rejoint le PG, avancer le PG