



SUGAR & PAI

ECS Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse – 9/2007

Chorégraphe : Kelli HAUGEN – Lomen – NORVEGE / Octobre 2003
Description : Danse en ligne, 32 temps, 4 murs // LILT
Niveau : Intermédiaire
Musique : Sugar & Pai – The BOOTS BAND – BPM 134/

Introduction : 16 temps

ROCK, RECOVER, SAILOR STEP, FORWARD SHUFFLE, STEP ½ PIVOT

- 1-2 ROCK STEP latéral D côté D, revenir sur PG côté G
3&4 SAILOR STEP D : (cross PD derrière PG – pas PG côté G – pas PD légèrement avant)
5&6 SHUFFLE G avant
7&8 PD avant – ½ tour PIVOT vers G (appui PG)

RIGHT CHASSE, BEHIND ROCK, LEFT CHASSE, BEHIND ROCK

- 1&2 SHUFFLE D latéral : pas PD côté D – pas PG à côté du PD – pas PD côté D
3-4 ROCK STEP G arrière, revenir sur PD avant
5&6 SHUFFLE G latéral : pas PG côté G – pas PD à côté du PG – pas PG côté G
7-8 ROCK STEP D arrière, revenir sur PG avant

OPTION on peut remplacer les comptes 3-4 et 7-8 par :

Back Kick Ball Change

- 3&4 Kick ball change G arrière (kick G derrière le PD, PG derrière le PD, PD sur place)**
7&8 Kick ball change D arrière

STEP, BEHIND ¼ TURN, TOUCH, HEEL SWITCHES, TOUCH, ¼ TURN, HOOK

- 1-2-3 VINE à D (pas PD côté D – CROSS PG derrière PD – ¼ de tour D Pas PD avant)
4 TOUCH pointe PG côté G
&5 SWITCK : pas PG à côté du PD – TOUCH talon D avant
&6 SWITCH : pas PD à côté du PG – TOUCH talon G avant
&7 SWITCH : pas PG à côté du PD – TOUCH pointe PD côté D
8 sur BALL du PG ¼ de tour D HOOK talon D devant tibia G

FORWARD SHUFFLE, PIVOT ¼ TURN RIGHT, CROSSING SHUFFLE, KICK BALL CROSS

- 1&2 SHUFFLE D avant (pas PD avant – pas PG à côté du PD – pas PD avant)
3-4 PG avant – ¼ de tour PIVOT vers D (appui PD)
5&6 CROSS SHUFFLE G (CROSS PG devant PD – pas PD côté D – CROSS PG devant PD)
7&8 KICK PD sur diagonale avant D ↗ - pas BALL PD à côté du PG – CROSS PG devant PD

REPRENEZ AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE !

