

# The Shake (Fr)

LINEDANCE.COM

**Count:** 32                      **Wall:** 2                      **Level:** Novice

**Choreographer:** Marie Sørensen "Sunshine Cowgirl" Dk - Sally Hung - TAIWAN - Sept 2015

**Music:** The Shake - Neil McCOY - BPM 146

**Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 9/2015**

**Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>**

**Introduction : 16 temps**

**ROCKIN CHAIR, STEP ½ TURN, STEP, HOLD**

**1 2ROCK STEP D avant , revenir sur G arrière ] ROCKIN**

**3 4ROCK STEP D arrière , revenir sur G avant ] CHAIR**

**5 - 8pas PD avant - 1/2 tour PIVOT vers G ( appui PG ) - pas PD avant - HOLD - 6 : 00 -**

**1/4 TURN LEFT, TOUCH, 1/4 TURN RIGHT, TOGETHER, 1/4 TURN RIGHT, TOUCH, 1/4 TURN LEFT, TOUCH**

**1 21/4 de tour G . . . . pas PG côté G - TAP PD à côté du PG - 3 : 00 -**

**3 41/4 de tour D . . . . pas PD côté D - pas PG à côté du PD ( appui PG ) - 6 : 00 -**

**5 61/4 de tour D . . . . pas PD côté D - TAP PG à côté du PD - 9 : 00 -**

**7 81/4 de tour G . . . . pas PG côté G - TAP PD à côté du PG ( appui PD ) - 6 : 00 -**

**OUT, OUT, IN, IN, STEP RIGHT WITH HIP BUMP RIGHT X2, STEP LEFT WITH HIP BUMP LEFT X2**

**1 2JUMP PD avant , légèrement de côté " OUT " - JUMP PG parallèle au PD " OUT " ( pieds APART )**

**3 4JUMP PD arrière et au centre " IN " - JUMP PG à côté du PD " IN " ( pieds en 1ère )**

**5 6pas PD côté D . . . . HIPS à D - HIPS à D**

**7 8pas PG côté G . . . . HIPS à G - HIPS à G - 6 : 00 -**

**HEEL TOE SWIVEL (X3), HITCH, HEEL TOE SWIVEL (X3), HITCH**

**1 2 3SWIVEL talons vers D - SWIVEL pointes vers D - SWIVEL talons vers D**

**4HITCH genou G devant**

**5 6 7SWIVEL talons vers G - SWIVEL pointes vers G - SWIVEL talons vers G**

**8HITCH genou D devant - 6 : 00 -**

**TAGS : de 8 temps, identiques, après le 4ème et le 8ème murs - 12 : 00 -**

**JAZZ BOX CROSS TWICE**

**1 - 4JAZZ BOX D : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière - pas PD à côté du PG - CROSS PG devant PD**

**5 - 8JAZZ BOX D : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière - pas PD à côté du PG - CROSS PG devant PD**