

Danse 4 Murs

64 temps

Choregraphes : Bastiaan van Leeuwen

Musique : « Turbo polka » de Atomik

Harmonik

NIVEAU : DÉBUTANT



ATOMIC POLKA

(1 à 8) RIGHT SHUFFLE, 1/4 TURN RIGHT, SIDE SHUFFLE, 1/4 TURN RIGHT, SHUFFLE BACK, COASTER STEP

1&2 Shuffle avant PD : PD, PG, PD

3&4 1/4 tour à D et side shuffle PG à G : PG, PD, PG (face 3h00)

5&6 1/4 tour à D et shuffle arrière PD : PD, PG, PD (face 6h00)

7&8 Coaster step PG : reculer plante PG, assembler plante PD à côté de plante PG, avancer PG

(9 à 16) DIAGONAL FORWARD GALLOPS RIGHT AND LEFT WITH TOUCHES

1&2 Avancer PD en diagonale à D, assembler PG à côté du PD, avancer PD en diagonale à D

&3-4 Assembler PG à côté du PD, avancer PD en diagonale à D, touch PG à côté du PD

5&6 Avancer PG en diagonale à G, assembler PD à côté du PG, avancer PG en diagonale à G

&7-8 Assembler PD à côté du PG, avancer PG en diagonale à G, touch PD à côté du PG

(17 à 24) HEEL TAPS, COASTER STEP, HEEL TAPS, SAILOR STEP TURNING 1/4 LEFT

1-2 Touch avant talon D x2

3&4 Coaster step PD : reculer plante PD, assembler plante PG à côté de plante PD, avancer PD

5-6 Touch avant talon G x2

7&8 Sailor step PG avec 1/4 tour à G : croiser PG derrière PD, 1/4 tour à G et PD à D (face 3h00), PG sur place

(25 à 32) HEEL SWITCHES FORWARD, CLAP TWICE, TWICE

1&2 Touch avant talon D, assembler PD à côté du PG, touch avant talon G

&3&4 Assembler PG à côté du PD (&), touch avant talon D (3), clap x2 (&4)

&5&6 Assembler PD à côté du PG, touch avant talon G, assembler PG à côté du PD, touch avant talon D

&7&8& Assembler PD à côté du PG (&), touch avant talon G (7), clap x2 (&8), assembler PG à côté du PD (&)

(33 à 40) HEEL SWITCHES FORWARD, CLAP TWICE, TWICE

1&2 Shuffle avant PD avec 1/4 tour à D : PD, PG, PD (face 6h00)

3&4 Shuffle avant PG avec 1/4 tour à D : PG, PD, PG (face 9h00)

5&6 Shuffle avant PD avec 1/4 tour à D : PD, PG, PD (face 12h00)

7&8 Shuffle avant PG avec 1/4 tour à D : PG, PD, PG (face 3h00)

(41 à 48) FULL TURN RIGHT, TOUCH AND CLAP, FULL TURN LEFT, TOUCH AND CLAP

- 1-2 PD à D avec 1/4 tour à D (face 6h00), 1/2 tour à D et reculer PG (face 12h00)
- 3-4 1/4 tour à D et PD à D (face 3h00), touch PG à côté du PD + clap
- 5-6 PG à G avec 1/4 tour à G (face 12h00), 1/2 tour à G et reculer PD (face 6h00)
- 7-8 1/4 tour à G et PG à G (face 3h00), touch PD à côté du PG + clap

(49 à 56) SHUFFLE BACKWARD, COASTER STEP, FULL TURN LEFT, STEP, TOUCH

- 1&2 Shuffle arrière PD : PD, PG, PD
- 3&4 Coaster step PG : reculer plante PG, assembler plante PD à côté de plante PG, avancer PG
- 5-6 Full turn à G : 1/2 tour à G et reculer PD (face 9h00), 1/2 tour à G et avancer PG (face 3h00)
- 7-8 Avancer PD, touch PG à côté du PD

(57 à 64) SHUFFLE BACKWARD, COASTER STEP, FULL TURN LEFT, STEP, TOUCH

- 1-2 PG à G avec hip bump à G, hip bump à D
- 3-4 Hip bump à G, touch PD à côté du PG
- 5&6 Shuffle arrière PD : PD, PG, PD
- 7&8 Coaster step PG : reculer plante PG, assembler plante PD à côté de plante PG, avancer PG