



SUGAR & PAI

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/ECS



Introduction : 16 temps

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

SECTION 1 ROCK, RECOVER, SAILOR STEP, FORWARD SHUFFLE, STEP ½ PIVOT

- 1-2 ROCK STEP lateral 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 : pas PG avant – pas PD à côté du PG – pas PG avant
7&8 pas PD avant – ½ tour PIVOT vers G (appui PG)

SECTION 2 RIGHT CHASSE, BEHIND ROCK, LEFT CHASSE, BEHIND ROCK

- 1&2 SHUFFLE D lateral : 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 :

- 3-4 **3&4** **PG derrière PD – ROCK STEP G arrière, revenir sur PD avant**
7-8 **7&8** **PD derrière PG – ROCK STEP D arrière, revenir sur PG avant**

KICK

KICK

SECTION 3 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 SWITCH : 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

SECTION 4 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 pas PG avant – ¼ de tour PIVOT vers D (appui PD)
5&6 GROSS 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



REPRENDRE AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE !

