



Kick n'Clap

Country Dance Club

K

I

C

K

n

,

C

L

A

P

JUST DO IT

Chorégraphe : *Dianne S. DeGregorio et Lisa D. St. Pierre*
Niveau : *Débutant*
Description : *Danse en ligne, 4 murs, 32 temps*
Musique : *Put your heart into it - Sherrie AUSTIN*

Temps

Description des pas

- | | |
|-------|---|
| 1-8 | Talon - pointe et frapper dans les mains |
| 1 | Poser talon droit légèrement en avant |
| 2 | Frapper dans les mains |
| 3 | Poser pointe du pied droit vers l'arrière |
| 4 | Frapper dans les mains |
| 5 | Poser talon droit légèrement en avant |
| 6 | Poser pointe du pied droit vers l'arrière |
| 7 | Poser talon droit légèrement en avant |
| 8 | Frapper dans les mains |
| 9-16 | 1/2 tour droite, taper du pied, talon-pointe et frappe des mains |
| 1 | Poser pointe du pied droit vers l'arrière |
| 2 | Faire un 1/2 tour à droite avec transfert du poids du corps sur jambe droite (le pied droit est légèrement en avant du pied gauche) |
| 3-4 | Taper le sol avec pied gauche puis pied droit |
| 5-6 | Poser talon gauche légèrement en avant, Frapper dans les mains |
| 7-8 | Poser pointe du pied gauche vers l'arrière, Frapper dans les mains |
| 17-24 | Talon-pointe- frapper les mains, 1/2 tour gauche, taper pieds |
| 1-2 | Poser talon gauche légèrement en avant, Poser pointe du pied gauche vers l'arrière |
| 3-4 | Poser talon gauche légèrement en avant, Frapper dans les mains |
| 5-6 | Poser pointe du pied gauche vers l'arrière, 1/2 tour à gauche avec transfert du poids du corps sur la jambe gauche (le pied gauche est légèrement en avant) |
| 7-8 | Taper le sol avec pied droit puis pied gauche |
| 25-32 | Déplacement à droite, taper du pied, SWIVELS à gauche... |
| 1-2 | Poser pied droit à droite, croiser pied gauche derrière la jambe droite |
| 3-4 | Poser pied droit à droite en faisant 1/4 tour à droite, taper pied droit près du gauche |
| 5-6 | Avec le poids du corps sur les talons, soulever légèrement la pointe des pieds et l'amener vers la gauche, reposer la pointe des pieds tout en soulevant légèrement les talons et les amener vers la gauche |
| 7-8 | Avec le poids du corps sur les talons, ramener les pointes vers le milieu, taper au sol avec le pied droit (le poids du corps est sur la jambe gauche) |

RECOMMENCER LA DANSE DEPUIS LE DEBUT

25 novembre 1998



Traduction : MF SIMON

Source: Ardi Lawrence