



BARE ESSENTIALS

MUSIQUE : Bare essentials by Lee Kernaghan – 170 BPM.

CHOREGRAPHE : Carly Dimond – Australie – mars 1998.

TYPE : Country Line Dance, 4 murrs.

TEMPS : 64, 66 pas.

NIVEAU : Intermédiaire.

Forward hip bumps, back hip bumps, hips right – left – right – left.

1 & 2 PD pas devant dans la diagonale droite, et double hip bumps à droite (D & D).

3 & 4 Double hip bumps à gauche (G & G).

5-6-7-8 Bumps (D-G-D-G). (pousser les hanches)

2x : Touch back, hold, ¼ turn right, hold .

1-2-3-4 Toucher la pointe D derrière, pause, ¼ de tour à droite, pause.

5-6-7-8 Toucher la pointe D derrière, pause, ¼ de tour à droite, pause.

Step, lock, step, scuff, step ½ turn, stomp, stomp-up.

1-2-3-4 PD pas devant, lock PG derrière le PD, PD pas devant, scuff PG.

5 – 6 PG pas devant, ½ tour à droite et PD devant.

7 – 8 Stomp PG devant, stomp-up PD à côté du PG (laisser le poids du corps sur le PG).

Stomp, hold, slow ¼ turn.

1-2-3-4 Stomp PD devant, pause sur 3 temps (2-3-4).

5-6-7-8 Tourner lentement (sur 4 temps) ¼ de tour à gauche en pliant les genoux.

Side strut, cross strut, side strut, cross strut.

1-2-3-4 Strut PD à droite (pointer, poser), strut PG croisé devant le PD (pointer, poser).

5-6-7-8 Strut PD à droite (pointer, poser), strut PG croisé devant le PD (pointer, poser).

Side rock, cross, side, behind, ¼ turn, step ¼ turn.

1 – 2 Rock step PD à droite, revenir sur le PG.

3 – 4 – 5 PD pas croisé devant le PG, PG pas à gauche, PD pas croisé derrière le PG.

6 – 7 – 8 ¼ de tour à gauche et PG devant, PD pas devant, ¼ de tour à gauche et PG à gauche.

Kick, kick, slap, step, kick, kick, slap, step.

1 – 2 Kick PD devant, kick PD à droite (lancer la jambe).

3 – 4 Hook PD derrière la jambe G et slap PD avec la main G, PD à côté de PG.

5 – 6 Kick PG devant, kick PG à gauche (lancer la jambe).

7 – 8 Hook PG derrière la jambe D et slap PG avec la main D, PG à côté de PD.

Behind, hold, point, hitch, point, hitch.

1 Toucher pointe du PD croisé derrière le PG (**en même temps, tournez la tête à gauche et pointez les mains en bas sur le côté gauche**).

2 – 3 – 4 Pause sur 3 temps.

5 – 6 Toucher pointe D à droite, hitch D + snap D.

7 – 8 Toucher pointe D à droite, hitch D + snap D.

REPRENDRE AU DEBUT, SANS PERDRE LE SOURIRE !

LES BUFFALO DANCERS 70

Sitting-bull70@hotmail.fr

Sources : DAV Country Line Dance Geneva, davycountryboy.com

