

Lightning Polka



Chorégraphe : Peter Metelnick (GBR - 1999)

Niveau : Débutant

Description : Danse en ligne, 32 temps, 4 murs

Musique : "Little Bird" (140 bpm) par Sherrié Austin (CD : Love In The Real World)

"Sin Wagon" (144 bpm) par The Dixie Chicks (CD : Fly)

"Ghost Riders In The Sky" (120 bpm) par Johnny Cash (CD : I Walk The Line)

"I Want You To Want Me" (148 bpm) par Jim Witter

Démarrages : après intro de 16 temps

RIGHT SIDE ROCK & RECOVER, RIGHT BEHIND, LEFT TO LEFT SIDE, RIGHT CROSS OVER, LEFT SIDE ROCK & RECOVER, LEFT SAILOR STEP

1-2 PD à D (PdC sur PD), retour PdC sur PG

3&4 PD croisé derrière PG, PG à G, PD croisé devant PG

5-6 PG à G (PdC sur PG), retour PdC sur PD

7&8 PG croisé derrière PD, PD légèrement à D PG devant

RIGHT FORWARD SHUFFLE, LEFT FORWARD, 1/2 RIGHT PIVOT TURN , LEFT, RIGHT, LEFT HEEL SWITCHES, LEFT CROSS OVER TOE TOUCH

1&2 PD devant PG derrière PD PD devant

3-4 PG devant sans décoller les pieds 1/2 tour à D (finir PdC sur PD)

5&6 Talon G devant, PG à côté PD, Talon D devant

&7 PD à côté PG, Talon G devant

8 PG croisé et pointé par dessus PD

LEFT FORWARD SHUFFLE, RIGHT FORWARD, 1/2 LEFT PIVOT TURN, RIGHT & LEFT HEEL SWITCHES, RIGHT STOMP, 1/4 RIGHT & KICK

1&2 PG devant, PD derrière PG, PG devant

3-4 PD devant, sans décoller les pieds 1/2 tour à G (finir PdC sur PG)

5-& Talon D devant, PD à côté PG

6-& Talon G devant, PG à côté PD

7 PD sur place en tapant au sol (rester PdC sur PG)

8 1/4 tour à D et coup de PD devant

RIGHT BACK COASTER STEP, LEFT FORWARD SHUFFLE, RIGHT FORWARD, 1/2 LEFT PIVOT TURN FORWARD 2 (OR SPIN)

1&2 PD derrière, PG à côté PD PD devant

3&4 PG devant, PD derrière PG PG devant

5-6 PD devant, sans décoller les pieds 1/2 tour à G (finir PdC sur PG)

7-8 PD devant, PG devant

Variante sur 7-8 : Full Turn Left

7-8 PD devant avec 1/2 tour à G, PG derrière avec 1/2 tour à G

Note : lors de la chanson "Sin Wagon", continuer à danser même lorsque la musique s'arrête (les voix continues) à plusieurs reprises. Pour le Ending, danser les 8 premiers temps et terminer la danse avec un Stomp PD devant et une Pause.

Abréviations : PD = Pied Droit - PG = Pied Gauche - D = Droite - G = Gauche - PdC = Poids du Corps

Source : <http://www.thedancefactoryuk.co.uk>

Réalisation :

<http://www.aboutwesternlinedance.fr>