



THE SPIRIT

Chorégraphe Karl Cregeen
Description Danse en ligne, 4 murs, 32 temps
Niveau Intermédiaire
Musique The Spirit of the Hawk – Rednex
Kiss this – Aaron Tippin



SUGAR FOOT STEPS WITH LOCKS

- 1 Swivel sur Ball PD – PG sur diagonale avant G
- 2 Swivel sur Ball PG – PD sur diagonale avant D
- 3&4 PG devant – Lock PD derrière PG (PD à G du PG) – PG devant
- 5 Swivel sur Ball PG – PD sur diagonale avant D
- 6 Swivel sur Ball PD – PG sur diagonale avant G
- 7&8 PD devant – Lock PG derrière PD (PG à D du PD) – PD devant

ROCK STEPS WITH ½ PIVOT & HOOK, LOCK STEP

- 1-2 Rock step G avant, PD derrière
- 3-4 Rock step G arrière, PD devant
- 5-6 PG devant – ½ tour pivot vers D – Hook talon D devant cheville G
- 7&8 PD devant – Lock PG derrière PD (PG à D du PD) – PD devant

LOCK STEP, ROCK STEP FORWARD, TOUCH BACK TURN, SIDE SHUFFLE

- 1&2 PG devant – Lock PD derrière PG (PD à G du PG) – PG avant
- 3-4 Rock step D devant, PG derrière
- 5-6 Touche pointe PD arrière – ½ tour pivot vers D (appui PD)
- 7&8 ¼ de tour à D – Shuffle G latéral : PG côté G, PD à côté du PG, PG côté G

RIGHT SAILOR STEPS, LEFT SAILOR STEPS, ½ PIVOT MODIFIED SUNCOPATED SPLIT

- 1&2 Sailor Step D : croiser PD derrière PG – PG côté G – PD légèrement avant PD
- 3&4 Sailor step G : croiser PG derrière PD – PD côté D – PG légèrement avant PG
- 5-6 PD devant – ½ tour pivot vers G (appui PG)
- &7 PD côté D « out » - PG côté G « out »
- &8 PD au centre « in » - PG au centre « in »



REPRENDRE AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE !

