

LDF (Let's dance Forever)

Chorégraphes : Alison Biggs & Peter Metelnick,

Description : **Comptes** : 32 **Murs** : 4

Niveau : débutants **Musique** : Boogie Shoes de Glee

Cast [128 bpm) **ou** : Outta Control (Original Radio Edit) par De-Lano feat Fransico – 32 comptes d'intro



Démarrer après 16 comptes d'intro (10 secs)

[1-8] L/R step touches (with attitude), L side, touch R in-out-in

1-2 Poser PG à G, touch PD près PG

3-4 Poser PD à D, touch PG près PD

Option possible : croiser et poser pointe devant à la place des touch sur comptes 2 &

4 5-6 Poser PG à G, Touch PD près PG

Option possible : croiser PG devant PD à la place du touch sur compte 6

7-8 Touch pointe PD à D, touche PD près PG

[9-16] Grapevine R for 3, L touch, grapevine L with ¼ L turn, R hitch or scuff

1-4 Poser PD à D, croiser PG derrière PD, poser PD à D, touch PG près PD 5-6 Poser PG à G, croiser PD derrière PG

7 & 8 Poser PG avec 1/4 de tour vers G, broser PD vers l'avant, lever genou D (9H00)

[17-24] Walk fwd 3, L touch, Boogie walks back x 4

1-4 Marcher PD, PG, PD, touch pointe PG devant

5-8 Reculer PG, PD, PG, PD

(à chaque pas vers l'arrière pivoter le talon de pied qui est devant vers le centre façon twist)

[25-32] L back to L diagonal step touch, hip bumps, R side step touch, hip bumps

1-2 Reculer PG dans la diagonale G, touch PD près PG

3-4 Bump hanche vers D puis G

5-6 Poser PD à D, touch PG près PD

7-8 Bumps hanche vers G puis D

Option possible : doubler les bumps (3&4&) (7&8&) 3&4& : Bump hips R, L, R, L 7&8&: Bump hips L, R, L, R