



I BE U BE

Chorégraphe : Gudrun Schneider (Jan 2017)

Musiques : I Be U Be by High Valley

Niveau : intermédiaire

Type : 48 temps - 4 murs

DEPART : 8 temps

SHUFFLE FORWARD , SHUFFLE 1/2 RIGHT , ROCK BACK , HEEL-BALL-CROSS

- 1&2 PD devant , Ramène PG à côté PD , PD devant
3&4 1/2 tour à D avec PG à G , Ramène PD à côté PG , PG à G (6:00)
5 6 PD derrière , Bascule PDC sur PG
7&8 Talon D devant , Ramène PD à côté PG , Croise PG devant PD

ROCK SIDE , ROCK BACK , JAZZ BOX

- 1 2 PD à D , Bascule PDC sur PG
3 4 PD derrière , Bascule PDC sur PG
5 6 7 8 Croise PD devant PG , Recule PG , PD à D , PG devant

SHUFFLE FORWARD , HEEL GRIND 1/4 LEFT , ROCK BACK , STEP 1/2 RIGHT

- 1&2 PD devant , Ramène PG à côté PD , PD devant
3 4 Talon G devant , Pivote 1/4 de tour à G (3:00)
5 6 PG derrière , Bascule PDC sur PD
7 8 PG devant , Pivot 1/2 tour à D (9:00)

STEP 1/4 TURN , CROSS SHUFFLE , ROCK SIDE , BEHIND , SIDE

- 1 2 PG devant , Pivot 1/4 de tour à D (12:00)
3&4 Croise PG devant PD , PD à D , Croise PG devant PD
5 6 PD à D , Bascule PDC sur PG
7 8 Ramène PD à côté PG , PG à G

RESTART ici mur 2,4,6,8,9,10

ROCK FORWARD , SAILOR TURNING 1/4 RIGHT , ROCK STEP & ROCK STEP

- 1 2 PD devant , Bascule PDC sur PG
3&4 PD derrière PG , 1/4 de tour à D avec PG à G , PD à D (3:00)
5 6 PG devant , Bascule PDC sur PD
&7 8 Ramène PG à côté PD , PD devant , Bascule PDC sur PG

SHUFFLE BACK , TOUCH UNWIND 1/2 LEFT , JAZZBOX

- 1&2 PD derrière , Ramène PG à côté PD , PD derrière
3 4 Pointe G derrière , Pivot 1/2 tour à G (9:00)
5 6 7 8 Croise PD devant PG , Recule PG , PD à D , PG devant

Tag: à la fin du 1er et du 5ème mur

- 1 2 Talon D devant en diagonal , Croise PD devant Jambe G

D = Droit

G = Gauche

PD = Pied Droit

PG = Pied Gauche

PDC = Poids du Corps