

Made In Lin'Land



CAPTURED BY LINE DANCE ...

LOOSEN UP

Chorégraphes : Robert Lindsay & Patricia E. & Lizzie Stott

Description : 64 temps - 4 murs - int./av. - line dance

Musique : Turn Me Loose - The Young Divas

Dance Marche Assomble Bourgeoise Pointe intérieur & extérieur - Kick

1-8 WALK, WALK, TOGETHER, PUSH BACK, KNEE POPS, KICK

- 1-2 Avance D, G
- 3-4 Poser D à côté du G et pousser le bassin vers l'arrière
- 5-8 Knee Pops D, Ramener le Genou Vers l'intérieur, vers l'extérieur, vers l'intérieur, Kick D en Diagonal

9-16 BEHIND, SIDE, CROSS SHUFFLE, LARGE SIDE STEP, DRAG RIGHT TOWARDS LEFT, BALL CROSS

- 1-2 Croiser D derrière G, Poser G à G
- 3&4 Cross Triple : Croiser D devant G, Poser G à G, Croiser D devant G
- 5-7 Grand pas à G, Slide D sur 2 temps (Glisser le pied D vers le pied G sur 2 temps)
- &8 Poser le pied D à côté du G, croiser G devant D

17-24 SIDE, BEHIND, ¼ TURNING SHUFFLE, HEEL, HOLD, HEEL, SWITCH, HEEL, SWITCH

- 1-2 Poser D à Dte, Croiser G derrière D
- 3&4 Triple Step D (Pas Chassé) en ¼ de tour à Dte
- 5-6 Poser talon G devant, Pause
- &7&8 Poser le G près du D, Poser le talon D devant, Poser D près du G, Poser le talon G devant, Poser G près du D

25-32 ROCK FORWARD, RECOVER, ROCK BACK, RECOVER, ROCK FORWARD, RECOVER 1 ½ TURNING SHUFFLE

- 1-2 Rock Step D devant
- 3-4 Rock Back D (option : en roulant les hanches et en regardant en arrière) retour appui jambe G
- 5-6 Rock Step D devant
- 7&8 Triple Step D en 1 tour à demi à Dte

33-40 ROCK FORWARD, RECOVER, ROCK BACK, RECOVER, ROCK FORWARD, RECOVER, 1 ¼ TURNING CHASSE TO LEFT

- 1-2 Rock Step G devant
- 3-4 Rock Back G (option : en roulant les hanches et en regardant en arrière) retour appui jambe D
- 5-6 Rock Step G devant
- 7&8 Triple Step G en 1 tour ¼ à G

41-48 CROSS, ROCK, SIDE, ROCK, CROSS, (CUBAN BREAK STEP) HITCH HOLD, LUNGE, RECOVER AND FLICK CHASSE TO LEFT

- 1&2& Croiser D devant G, retour appui jambe G, Rock D à Dte (retour appui jambe G)
- 3-4 Croiser D devant G, Hitch G (lever le genou G) et pousser les mains vers l'avant
- 5-6 Pointer G à G, Flick G (lever, plier la jambe G derrière)
- 7&8 Triple Step G à G (Pas Chassé)

49-56 'V STEP', HITCH, COASTER STEP

- 1-2 Avancer D à Dte en diagonal D, Avancer G à G en diagonal G
- 3-4 Recule D, G rejoint D
- 5-6 Avance D en diagonal avant G, Hitch G (Lever le genou G)
- 7&8 Coaster Step G (Recule G, D rejoint G, Avance G)

57-64 STEP, HITCH, COASTER STEP SQUARING UP, 2 X 1/8 PADDLES ROLLING HIPS ROUND

- 1-2 Avance D en diagonal avant D, Hitch G
- 3&4 Coaster Step G
- 5-8 Paddle Turn en 2 X 1/8 en roulant des hanches : Poser D devant pivot 1/8, poser D devant pivot 1/8

La danse est terminée !!!

Reprendre du début sans oublier le sourire !!!

Bon courage !!!

<http://made-in-linland.wifeo.com>