



# WHIP IT



**Chorégraphes:** **Rachael McEnaney-White** Angleterre/USA Novembre 2015 [www.dancewithrachael.com](http://www.dancewithrachael.com) [dancewithrachael@gmail.com](mailto:dancewithrachael@gmail.com)  
**Shane McKeever** [smckeever07@hotmail.com](mailto:smckeever07@hotmail.com)

**Niveau :** Avancé

**Descriptif :** Danse en ligne - 2 murs - 64 temps

**Musique :** : Whip It! feat. Chloe Angelides – Lunchmoney Lewis (single sur iTunes & autres sites mp3) (approx 4.03 mins).

**Introduction:** 32 temps à partir du début de musique, à environ 15 sec. **BPM 131**

## 1-8 R DIAGONAL HITCHING L, L SIDE, R BACK, L CLOSE, R DIAGONAL, L SIDE, R BACK, L CLOSE – WITH 'WHIP/NAE' ARMS.

- 1 Pas PD sur diagonale avant ↗ avec HITCH genou G (*poings serrés, pousser le coude D en arrière*) (1)
- 2 Pas PG côté G (*pieds « APART », écart largeur des épaules*) (*pousser bras D en avant, incliner légèrement la tête sur la G*) (2)
- 3-4 Pas PD arrière (3) - pas PG à côté du PD (*bras relâchés*) (4)
- 5 Pas PD sur diagonale avant ↗ (*pousser bras G en avant, incliner légèrement la tête sur la D*) (5)
- 6 Pas PG côté G (*pieds « APATT », écart largeur des épaules*) (*ramener bras G en arrière tout en poussant le bras D en avant, tête légèrement inclinée à D*) (6)
- 7-8 Pas PD arrière (7) - pas PG à côté du PD (*bras relâchés*) (8)

## 9-16 R FWD ROCK, L FUNKY LOCK STEP BACK, R BEHIND, ¼ L, R FWD, ½ PIVOT L

- 1-2& ROCK STEP PD avant (*Option: pour le style, body roll arrière*) (1) - revenir sur PG arrière avec petit HITCH genou D (2) - LOCK BALL PD devant PG (*PD à G du PG*) (&)
- 3&4 Pas PG arrière avec petit HITCH genou D (3) - LOCK BALL PD devant PG (*PD à G du PG*) (&) - pas PG arrière avec SWEEP PD d'avant en arrière (4)
- 5-6 CROSS PD derrière PG (5) - ¼ de tour à G ... pas PG avant (6) **9H**
- 7-8 **STEP TURN** : pas PD avant (7) - 1/2 tour PIVOT à G sur BALL PD ... **prendre appui sur PG avant** (8) **3H**

## 17-24 R KICK AND TOUCH L, TOUCH L ACROSS R, TOUCH L, L HEEL GRIND WITH ¼ L, HEEL SWITCH R AND L

- 1&2-3-4 KICK PD avant (1) - pas PD à côté du PG (&) - POINTE PG côté G (2) - TOUCH pointe PG croisée devant PD (3) - POINTE PG côté G (4)
- 5-6 **HEEL GRIND** : Croiser talon PG devant PD (*pointe PG « IN »*) (5) - ¼ de tour à G sur talon G ... pas PD arrière (*le talon G pousse dans le sol pour faire la rotation*) (6) **12H**
- &7&8 **HEEL SWITCHES** : pas PG à côté du PD (&) - TOUCH talon PD en avant (7) - pas PD à côté du PG (&) - TOUCH talon PG en avant (8)

## 25-32 L CLOSE, R TAP FWD, R FWD INTO 2 ROCKS WITH HIPS, L KICK, R KICK, R FWD, L LOCK, UNWIND FULL TURN L

- &1-2 Pas PG à côté du PD (&) - TAP pointe PD légèrement en avant (1) - ROCK STEP PD un peu plus en avant tout en poussant la hanche D en avant (2)
- 3-4 ROCK en arrière sur PG tout en poussant la hanche G en arrière (3) - revenir sur PD en avant (4)
- 5&6 KICK PG en avant (5) - 1/8 de tour à G ... pas PG à côté du PD **10H30** (&) - KICK PD en avant (6)
- &7 Pas PD légèrement en avant **10H30** (&) - TOUCH PG derrière PD (*aussi loin que vous pouvez, comme un Lock*) (7)
- 8 FULL TURN (*tour complet*) à G pour faire face à 12H tout en transférant le poids du corps sur le PG (8)  
**TAG ici pendant le 5ème mur face à 12H, puis restart face à 12H.**

## 33-40 4 WALKS FWD WITH ARMS, R BACK WITH SWEEP, L BACK WITH SWEEP, R SAILOR STEP WITH ¼ TURN R

- 1-2-3 **3 pas avant en s'orientant sur la diagonale D, face à 1H30** : pas PD avant (1) - pas PG avant (2) - pas PD avant (3)  
*Bras: bras G tendu côté G, paume G poussée vers le bas sur les 3 temps, sur chaque pas, pousser la paume D en avant (comme si vous vouliez pousser quelque chose au loin)* **12H**
- 4 Pas PG avant avec HITCH genou D (*Bras: lancer main D vers le bas et main G vers le haut pour les frapper l'une contre l'autre : CLAP*) (4)
- 5-6 Pas PD arrière avec SWEEP PG d'avant en arrière (5) - pas PG arrière avec SWEEP PD d'avant en arrière (6)
- 7&8 **SAILOR STEP D ¼ de tour à D** : CROSS PD derrière PG (7) - ¼ de tour à D ... pas PG à côté du PD **3H** (&) - pas PD avant (8)

## 41-48 L FWD, ½ PIVOT R, L SIDE INTO HIP DIPS, L BEHIND WITH R HITCH, R BEHIND

- 1-2 **STEP TURN** : pas PG avant (1) - 1/2 tour PIVOT à D sur BALL PG ... **prendre appui sur PD avant** (2) **9H**
- 3-4 ROCK STEP latéral G côté G tout en pliant légèrement les genoux et en commençant à pousser les hanches de G à D (3) - continuer à pousser les hanches à D en revenant en appui sur PD côté D et en redressant les genoux (4)
- 5-6 Répéter les temps 3-4 ci-dessus (5) (6)
- 7-8 CROSS PG derrière PD avec HITCH genou D "OUT" côté D (7) - CROSS PD derrière PG (8) **9H**

**49-56 L CLOSE, JUMP BOTH FEET OUT, HOLD, L BALL, R CROSS SHUFFLE, L SIDE ROCK, L BEHIND, ¼ TURN R**  
 &1-2 Pas **BALL** PG à côté du PD (&) - JUMP des 2 pieds "OUT" (*ce JUMP est plus une poussée des deux pieds "OUT", sur BALL des 2 pieds*) (1) - **HOLD** (2)  
 & Pas **BALL** PG sur place (&)  
 3&4 **CROSS TRIPLE D vers G** : CROSS PD devant PG (3) - petit pas PG côté G (&) - CROSS PD devant PG (4)  
 5-6 **ROCK STEP** latéral G côté G (5) - revenir sur PD côté D (6)  
 7-8 **CROSS PG** derrière PD (7) - ¼ de tour à D ... pas PD avant **12H** (8)

**57-64 ¼ TURN R STEPPING SIDE L WITH HIP ROLL, R TAP, R SIDE WITH HIP ROLL, ¼ TURN L WITH L TAP, ½ TURN L (LRLRL)**  
 1-2 ¼ de tour à D ... pas PG côté G avec HIP ROLL dans le sens des aiguilles d'une montre **3H** (1) - TAP PD sur diagonale avant D en terminant le HIP ROLL (2)  
 3-4 Pas PD côté D avec HIP ROLL dans le sens inverse des aiguilles d'une montre (3) - ¼ de tour à G ... TAP PG en avant en terminant le HIP ROLL **12H** (4)  
 5-6-7&8 Pas PG avant (5) - 1/8 de tour à G ... pas PD avant (6) - 1/8 de tour à G ... pas PG avant (7) - 1/8 de tour à G ... pas PD avant (&) - 1/8 de tour à G ... pas PG avant (8) **6H**  
**Style: les comptes 5-8 sont exécutés sur BALL en prenant appui du côté extérieur du pied jusqu'au côté intérieur, genoux légèrement fléchis. Les pas sont très petits.**

**TAG: Le Tag arrive après le compte '32', pendant le 5ème mur. Faire le TAG de 8 temps suivant, puis recommencer la danse au début.**

**Le 5ème mur commence face à 12H. Tag et Restart sont tous deux face à 12H.**

1 Pas PD côté D (*écartement largeur des épaules par rapport au PG*), les deux genoux fléchis et main D posée sur genou D (1)  
 &2& Main G sur genou G (&) - poser main D sur hanche G (2) - poser main G sur hanche D (&)  
 3& Poser les pointes de doigt de la main D sur le haut de l'épaule D (3) - poser les pointes de doigt de la main G sur le haut de l'épaule G (&)  
 4& (*mains toujours sur les épaules*) pas PD légèrement vers PG (4) - pas PG à côté du PD (&)  
 5& Poser main D derrière oreille D (5) - poser main G derrière oreille G (&)  
 6& Pousser main D vers le haut, sur diagonale D ↗ (6) - pousser main G vers le haut, sur diagonale G ↖ (&)  
 7-8 **BRUSH PD** en avant et "OUT" tout en poussant les 2 bras vers le haut et vers l'extérieur en un mouvement circulaire (*tête légèrement penchée en arrière*) (7) - **HOLD** (8)

**Source:** Fiche de la chorégraphe. **Traduction et mise en page:** **HAPPY DANCE TOGETHER** Février 2016  
 Bellegarde-en-Forez 42210 [lenid.baroin@wanadoo.fr](mailto:lenid.baroin@wanadoo.fr) <http://www.happy-dance-together.com/>  
 Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.