

# SHAKE IT

Avancé – 64 comptes – 2 murs

Chorégraphe : Nicola Lafferty & Lee Easton

Musique : Shake It by Metro Station

Style : Jive

## STEP KICK, STEP DOUBLE KICK, & CROSS UNWIND, SIDE STEP

- 1-2 Pas PG dans la diagonale, Kick D diagonale droite (10h30)
- 3 Pose PD près du PG
- 4-5 Kick PG 2x en avant
- &6 Ramener PG, Croiser PD devant PG
- 7-8 Dérouler sur  $\frac{3}{4}$  de tour à gauche avec épaule G avant (Pdc sur G), Pas PD à droite (12h)

## SAILOR STEPS, HOLD, BALLCHANGE

- 1&2 Croise PG derrière PD, PD à droite, PG à gauche
- 3&4 Croise PD derrière PG, PG à gauche, PD à droite
- 5&6 Croise PG derrière PD, PD à droite, PG à gauche
- 7 Pause
- &8 Pas PD près du PG, Avance PG dans la diagonale (10h30)

## SIDE TOUCH HOP STEPS, DOUBLE KICK, SIDE KICKS

- 1&2 Point PD à droite, hop G sur place et Hich D, Croise PD devant PG
- 3&4 Point PG à gauche, hop D sur place et Hich G, Croise PG devant PD
- 5-6 Kick PD 2x à droite
- &7 Ramener PD, Kick G
- &8 Ramener PG, Kick D

## STEP 1/8 TURN, HOLD, STEP $\frac{3}{4}$ TURN, HOLD, SYNCOPATED TURN, SIDE TRIPLE INTO DRAG

- 1-2  $\frac{1}{8}$  de tour à gauche, Pose PD devant, Pause
- 3-4  $\frac{3}{4}$  de tour à gauche, Finir Pdc sur PG, Pause (12h)
- &5 Pas PD à droite, Croise PG derrière PD
- 6 Dérouler 1 tour complet à gauche avec épaule G avant (Pdc sur G),
- 7&8 Pas PD à droite, Pas PG près du PD, Grand pas PD à droite, Glisser PD vers le PD

## HOLD, ROCK TO DIAGONAL, TRIPLE BACK, 2 WALKS BACK

- 1-2 Pause
- 3-4  $\frac{1}{8}$  de tour à droite, Rock avant PG dans la diagonale, Revenir Pdc sur PD (1h30)
- 5&6 Pas PG arrière, Pas PD près du PG, Pas PG arrière
- 7-8 Recule PD, Recule PG

## PLIE WALKS TRAVELLING BACK, BALLCHANGE

- 1-2 Recule PD, jambes pliées et corps tourné à droite (*rester toujours dans la diagonale*)
- 3-4 Recule PG, jambes pliées et corps tourné à gauche (*dans la diagonale*)
- 5-6 Recule PD, jambes pliées et corps tourné à droite (*dans la diagonale*)
- 7  $\frac{1}{8}$  de tour à gauche, Pas PG à gauche (12h)
- &8 Pas PD légèrement derrière PG, PG sur place (Pdc sur PG)

## KICK BALLCHANGES TRAVELLING $\frac{1}{2}$ A TURN

- 1&2 Kick ball change D
- 3&4 Kick ball change D
- 5&6 Kick ball change D
- 7&8 Kick ball change D

Faire les 4 kick ball change en faisant un  $\frac{1}{2}$  cercle à gauche, finir à 6h.

## SYNCOPATED TOUCHES, LAYOUT FORWARD, HOLD, BALL CHANGE

- 1& Pointe PD à droite, Ramener PD près du PG
- 2& Pointe PG à gauche, Ramener PG près du PD
- 3& Pointe PD devant, Ramener PD près du PG
- 4& Pointe PG devant, Ramener PG près du PD
- 5 Grand Pas droit en avant (garde le corps en arrière)
- 6-7 Pause (redresser le corps)
- &8 Ramener PG près du PD, PD sur place

Et on recommence avec le sourire

