



# LIGHT ME UP

**Chorégraphes :** José Miguel Belloque Vane [jose\\_nl@hotmail.com](mailto:jose_nl@hotmail.com) Hollande  
Guillaume Richard [cowboy\\_gs@hotmail.fr](mailto:cowboy_gs@hotmail.fr) France - Mars 2022

**Niveau :** Novice

**Descriptif :** Danse en ligne - 2 murs - 32 temps - 1 RESTART

**Musique :** Flames - R3HAB, ZAYN & Jungleboi

**Introduction:** La danse commence à partir des paroles "You better run from me"

## 1-8 OUT OUT, CLAP, STEP LOCK STEP & SWEEP, CROSS, SIDE, BEHIND & SWEEP, WEAVE

- &1-2 Pas PD arrière « **OUT** » (&) - pas PG arrière « **OUT** » (1) - **CLAP** (2)  
3&4 **STEP LOCK STEP D avant** : pas PD avant (3) - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) (&) - pas PD avant avec SWEEP PG d'arrière en avant (4)  
5&6 **WEAVE à D syncopée**: CROSS PG devant PD (5) - pas PD côté D (&) - CROSS PG derrière PD avec SWEEP d'avant en arrière (6)  
7&8 **BEHIND SIDE CROSS D**: CROSS PD derrière PG (7) - pas PG côté G (&) - CROSS PD devant PG (8)

## 9-16 STEP & TAP, SIDE, BEHIND, SIDE, ¼ TURN STEP, STEP ½ TURN, STEP & HITCH, STEP, OUT OUT IN & CROSS

- &1-2 Pas PG côté G (&) - TAP PD derrière PG (1) - pas PD côté D (2)  
3& CROSS PG derrière PD (3) - ¼ de tour à D ... pas PD avant **3H** (&)  
4& **STEP TURN** : pas PG avant (4) - 1/2 tour **PIVOT** à D sur BALL PG ... **prendre appui sur PD avant 9H** (&)  
5-6 Pas PG avant et vous élever sur BALL PG en faisant HITCH genou D (5) - pas PD avant (6)  
7& Pas BALL PG côté G "**OUT**" (7) - pas BALL PD côté D (**pieds APART**) (&)  
8& Pas PG retour au centre (8) - CROSS PD devant PG (&)

## 17-24 LUNGE, ¼ TURN, ½ STEP BACK, COASTER STEP, STEP, STEP LOCK STEP

- 1-2 **LUNGE** : pas PG côté G et plier légèrement le genou G afin de descendre un peu plus (1) - ¼ de tour à D ... pas PD avant **12H** (2)  
3 ½ tour à D ... pas PG arrière **6H** (3)  
4&5 **COASTER STEP D** : pas PD arrière (4) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (5)  
6 Pas PG avant (6)  
7&8 **STEP LOCK STEP D avant** : pas PD avant (7) - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) (&) - pas PD avant (8)

## 25-32 MAMBO FWD, MAMBO BACK, STEP TOUCH X2, STEP BACK & DRAG

- 1&2 **MAMBO G avant** : ROCK STEP PG avant (1) - revenir sur PD arrière (&) - pas PG arrière (2)  
3&4 **MAMBO D arrière** : ROCK STEP PD arrière (3) - revenir sur PG avant (&) - pas PD avant (4)  
5& Pas PG sur diagonale avant G ↖ (5) - TOUCH PD à côté du PG (&)  
6& Pas PD sur diagonale avant D ↗ (6) - TOUCH PG à côté du PD (&)  
7-8 Pas PG arrière (7) - DRAG PD près du PG (8)

**RESTART** : pendant le 3<sup>ème</sup> mur, danser les 13 premiers comptes, puis ajouter les comptes suivants avant de reprendre la danse au début, face à 6H.

- 6-7 **STEP TURN 1/4 de tour à G**: pas PD avant (6) - 1/4 tour **PIVOT** à G sur BALL PD ... **prendre appui sur G côté G 6H** (7)  
8 TOUCH PD à côté du PG (8)

**Source:** Copperknob. **Traduction et mise en page :** **HAPPY DANCE TOGETHER** Septembre 2022  
<https://youtu.be/22w6SAOHeGM>

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.