

AK Freak

Chorégraphe : Rachael McEnaney & Guyton Mundy (juin 2014)

Description : 64 comptes, 2 murs, avancé line dance

Musique : « I'm A Freak » by Enrique Iglesias feat. Pitbull (128 BPM)

Intro : 48 comptes

Note des chorégraphes : « Nous avons fait cette danse à la demande de l'Arizona Kid à Palavas, en France, où nous avons fait un atelier ensemble en juin 2014, nous dédions la danse à tous les membres et à tous ceux qui nous ont rejoint »

1-8 R BALL, L CROSS, R TAP, R PRESS, HOLD 3 WITH LUNGE R, L BALL, R CROSS, L SIDE, L ¼ TURN, BODY DIP (WITH ARMS)

&1&2 Ball PD sur place (&), croiser PG devant PD(1), tap légèrement out PD à D (&), press PD à D (2)

3&4 Lunge à D avec le haut du corps sur la D (3), ball G à côté du PD (&), croiser PD devant PG (4)

5-6 PG à G (le bras droit au travers du corps : les paumes vers le bas)(5), ¼ de tour à G en tournant les talons à D (tirez sur votre épaule droite)(6)(9 : 00)

Option facile : sans les mains

7-8 Body roll (plier les deux genoux comme si vous vous asseyez, vous vous relevez comme si quelqu'un vous tire au-dessus des jambes – redresser les genoux (cette action se passe sur les chiffres 7-8 avec une action de roulement en douceur)

option facile : bump hanches vers l'arrière (7), bump hanches devant (8)(PDC sur PG)

9-16 R BALL, L FWD ROCK (OPTION BODY ROLL), L BALL, R BACK, R KNEE POP, R SHOULDER DIP, R BALL, L STEP, WALK R L

&1-2 Ball D à côté du PG (&), rock step G devant (option possibilité de commencer le body roll en arrière)(1), revenir sur PD (finir le body roll)(2)

&3&4 Ball G à côté du PD (&), PD derrière (3), knee pop D vers 12 : 00 (pivoter talon droit)(&), revenir genou D et le talon (4)

&5 Ouvrez le haut du corps à 12:00 avec l'épaule D en arrière (&), le corps et l'épaule reviennent à 9:00 avec PDC sur PG (5)

&6-7-8 Ball D à côté du PG (&), PG devant (6), PD devant (7), PG devant (8)

17-24 MAKE ¾ TURN L STEPPING ONTO R WHILST SWEEPING L, L BEHIN-SIDE-CROSS, R SIDE ROCK, R BEHIND-SIDE-FWD

1-2 ½ tour à G avec PD en arrière (genou D) et commencer le sweep avec la jambe G (1), continuer le sweep à G avec ¼ de tour à G (2)(12 : 00)

note : le mouvement doit être fluide

&3-4 Croiser PG derrière PD (&), PD à D (3), croiser PG devant PD (4)

5-6 Side rock à D (en pressant)(2), revenir sur PG (6)

7&8 Croiser PD derrière PG (7), G à G (&), PD devant (8)

25-32 L & R TOE PRESS'S FORWARD WITH OPTIONAL BATUCADA STYLING, ¼ TURN R, POINT L, L BALL, R CROSS

1-2 Press ball G devant (1), pause

&3-4 PG derrière (&), press ball D devant, pause

note de style :

- lorsque vous appuyez sur la pointe du pied poussez la hanche vers l'avant et maintenez la rotation de la hanche vers l'extérieur afin de prendre du recul
- option plus facile sans style : au lieu de penser qu'il s'agit d'une pression considérez cela comme un toe strut avant

&5&6 PD derrière (&), press ball G à côté du PD (5), G derrière (&), press ball D devant (6)

note de style : même action mais s'applique seulement à une vitesse plus rapide : pousser la hanche vers l'avant et rond avec un pas en arrière

&7&8 ¼ de tour à D avec PD à D (&), pointe G à G (7), PG à côté du PD (&), croiser PD devant PG (8)(3 : 00)

33-40 SIDE L, SIDE R, ¼ L, FWD R, ½ TURN L, ¼ TURN L STEPPING SIDE R, L BEHIND, ¼ TURN R

1-2-3 PG à G (pousser la hanche à G)(1), PD à D (pousser la hanche à D)(2), ¼ de tour à G avec PG devant (3)(12 : 00)

4-5-6 PD devant (4), ½ tour à G (5), ¼ de tour à G avec PD à D (6)(3 : 00)

7-8 Croiser PG derrière PD (7), ¼ de tour à D avec PD devant (8)(6 : 00)

41-48 SYNCOPATED LOCK STEP FORWARD, ROCK FWD L, WALK BACK L-R

1&2 PG devant dans la diagonale G (1), lock PD derrière PG (&), PG devant dans la diagonale G (2)

&3-4 PD devant dans la diagonale D (&), lock PG derrière PD (3), PD devant dans la diagonale D (4)

5-6 Rock step avant G (5), revenir sur PD (6)

7-8 PG derrière (descendez légèrement l'épaule gauche)(7), PD derrière (descendez légèrement l'épaule droite)(8)

49-56 ¼ TURN L, POINT R, ¼ TURN R, ¼ TURN R AS YOU POINT L, L CROSS-OUT-OUT, R KNEE ROLL IN-OUT

1-2 ¼ de tour à G avec PG à G (1), pointer PD à D (2)(3 : 00)

3-4 ¼ de tour à D avec PD devant (3), ¼ de tour à D pointe PG à G (4)(9 : 00)

5&6 Croiser PG devant PD (5), PD à D (légèrement derrière)(&), PG à G (out)(6)

7-8 Roulez le genou droit vers la G (7), rouler le genou D vers la D en transférant le PDC sur PD (8)

Option style : faire la même action avec votre bras D, presque comme un fouet

57-64 L SIDE, R CROSSING SHUFFLE, ¼ TURN L STEPPING FORWARD, R FWD, L BALL SIDE ROCK, L CROSS, R KICK

1 Pousser sur le PD et mettre PG à G

option style : pousser la main droite vers le bas sur le côté droit avec PDC sur PD

2&3-4 Croiser PD devant PG (2), PG à G (&), croiser PD devant PG (3), ¼ de tour à G avec PG devant (4)(6 : 00)

5&6 PD devant (5), rock ball à G (&), revenir sur PD (6)

7-8 Croiser PG devant PD (7), kick D dans la diagonale (8)