

Gangnam Style.

Musique: Gangnam Style par PSY
Chorégraphiée par Kay Jeong
Description: Line Dance Phrasé, 1mur
Niveau: Intermédiaire
Séquence: ABCDE, ABCDE, Tag, Final.



Intro:

A Faire 2 fois

1 à 4: PD pousser à D puis ramener au centre (4 fois),

5 à 8: Coiffer vos cheveux lentement (2 fois).

Partie A (32 comptes)

1-8:

1 à 4: PD pas à D, PG pointe à côté PD, PG pas à G, PD pointe à côté PD,

Option bras: 1, 2: lever le bras D lié au coude en roulant le poignet de G à D,

3, 4: plier le bras G devant la poitrine,

5 à 8: Paddle Turns full turn,

Option bras: Mimer le lasso sur 4 comptes.

9-16:

1 à 4: PD pas à D, PG pointe à côté PD, PG pas à G, PD pointe à côté PD,

Option bras: 1, 2: bras D sur la tête,

3, 4: bras G sur la tête,

5 à 8: Sway D, G, D, G, de G à D en pliant les genoux en caressant votre corps avec le bras G,

17-32: Refaire les comptes de 1 à 16.

Partie B (32 comptes)

1-8:

1 à 4, (&) Petit saut vers l'avant pieds écartés,

Sway à D, G, D, G,

5 à 8, PD pas croisé devant PG, PG pointe à G,

PG pas croisé devant PD, PD pointe à D,

Option bras: (& à 4) écarter les bras comme haut les mains, (5 à 8) mimer les train.

9-16: Refaire les comptes 33 à 40.

17-24: Refaire les comptes 33 à 40.

25-32: Refaire les comptes 33 à 40.

Partie C (48 comptes)

1-8:

1 à 4: PD pas en diagonale avant D, PG pas en Diagonale avant G,

PD pas au centre, PG pas au centre,

Option: Shimmy durant ces 4 comptes.

5 à 8: PD pas en diagonale avant D (Clic main D), PG pointe à côté PD (Punch main G),

PG pas en diagonale arrière D, PD pointe PD à côté PG (Taper des mains à G),

9-16:

1, 2, 1/4 tour à D puis petit saut sur les deux pieds écartés, Pause,

Option bras: main G en haut, main D pointée devant,

3, 4, 1/4 tour à G puis petit saut sur deux pieds, Pause,

Option bras: jeter les bras au dessus de la tête,

5, 6, 1/4 tour à G puis petit saut sur les deux pieds écartés, Pause,

Option bras: main G en haut, main D pointée devant,

7, 8, 1/4 tour à D puis petit saut sur deux pieds, Pause,

Option bras: jeter les bras au dessus de la tête,

17-32:

Refaire les comptes 1 à 16.

33-40:

1&2&3&4, monter sur les pointes, redescendre les talons en pliant les genoux et en bougeant le corps vers l'avant et vers l'arrière,

Option bras: main D punch devant, revenir, main G punch devant, revenir, Main D punch en haut,

revenir, main G punch en haut, revenir,

5 à 8, *Option bras:* passer les bras au dessus puis derrière la tête, punch sur les côtés,

croiser main D devant soi, croiser main G sur main D,

41-48:

1&2& Stomp PD, PG, PD, PG,

Option bras: main D et main G agiter en alternance comme un marteau ...

3&4& Stomp PD, PG, PD, PG,

Option bras: remonter les mains sur les côtés au dessus de la tête,

5, saut sur les deux pieds,

Option bras: finir le cercle en écartant les bras sur les côtés..

6 à 8, Pause,

Partie D (32 comptes)

1 à 8: Imiter les sauts du cheval PD pas à D, PG pas à G, 2 fois à D,

PG pas à G, PD pas à D, 2 fois à G,

Option bras: main croisées devant vous,

9-16: Imiter les sauts du cheval PD pas à D, PG pas à G, 2 fois à D,

PG pas à G, PD pas à D, 2 fois à G,

Option bras: imiter le lasso

17-24: Imiter les sauts du cheval PD pas à D, PG pas à G, 2 fois à D,

PG pas à G, PD pas à D, 2 fois à G,

Option bras: main croisées devant vous ,

25-32:

1 à 4, Imiter les sauts du cheval PD pas à D, PG pas à G, 2 fois à D,

Option bras: imiter le lasso

5 à 8, Pause,

Gangnam Style.

Musique: Gangnam Style par PSY

Chorégraphiée par Kay Jeong

Description: Line Dance Phrasé, 1mur

Niveau: Intermédiaire

Séquence: ABCDE, ABCDE, Tag, Final.

Option bras: imiter le lasso

Partie E (32 comptes)

1-8:

1&2&3&4 PD pousser à D puis ramener au centre (4 fois),

5, 6, PD jambe tendue devant, PD sweep de l'avant vers l'arrière,

7, 8, PD jambe tendue devant, saut sur les deux pieds,

9-16: Imiter les sauts du cheval PD pas à D, PG pas à G, 2 fais à D,

PG pas à G, PD pas à D, 2 fois à G,

Option bras: main croisées devant vous ,

17-24:

1, Saut jambe écartées avec lunge à G,

2 à 4, Rebondir 3 fois de bas en haut,

5 à 8, Rouler le genou D de l'intérieur vers l'extérieur (2 fois),

25-32:

1 à 4, en position Lunge à G pauser les mains sur le genou G Knee pop (2 fois)

5&6, Redressez vous avec les pieds écartés,

Option Bras: écarter les bras vers l'extérieur; puis vers l'intérieur; puis vers l'extérieur;

7&8, Pause,

Option bras: écarter les bras vers l'extérieur; puis vers l'intérieur; puis vers l'extérieur avec un lasso...

1, Saut jambe écartées avec lunge à G,

2 à 4, Rebondir 3 fois de bas en haut,

5 à 8, Rouler le genou D de l'intérieur vers l'extérieur (2 fois),

25-32:

1 à 4, en position Lunge à G pauser les mains sur le genou G Knee pop (2 fois)

5&6, Redressez vous avec les pieds écartés,

Option Bras: écarter les bras vers l'extérieur; puis vers l'intérieur; puis vers l'extérieur;

7&8, Pause,

Option bras: signaler que c'est très bien, puis vers l'intérieur; puis vers l'extérieur avec un lasso...

1 à 4, 1/4 Tour à G coude levé à hauteur du visage, Pause, PD coup de pied devant, Ramener PD derrière coude D appuyé sur jambe G.

TAG:

1-8:

1 à 4, Snake à D

5 à 8, Snake à G,

9-16:

1 à 4, Skate D, G, D, G,

5 à 8, Hip Bump à D (4 fois) Imiter la guitare..

17-32:

Refaire les comptes de 1 à 16 du TAG.

1-4: Pause.

Final:

1 à 4, rester de face

Option bras: Imiter le lasso

1 à 8: Imiter les sauts du cheval PD pas à D, PG pas à G, 2 fais à D,

PG pas à G, PD pas à D, 2 fois à G,

Option bras: main croisées devant vous ,

9-16: Imiter les sauts du cheval PD pas à D, PG pas à G, 2 fais à D,

PG pas à G, PD pas à D, 2 fois à G,

Option bras: imiter le lasso,

17-24: