



SUGAR RUSH

Chorégraphe : Trevor Thornton (USA) - Février 2015

Danse en Ligne ; Intermédiaire/ Avancé - West Coast Swing ; 2 murs - 64 comptes -

Musique: « Sugar » de Maroon 5

Introduction: 16 comptes, commencer à danser sur les paroles

*Slide Back R - Drag L - L Back Side Cross - R Side - Hold - L Close - R Side Rock - 1/4 L

1-2 Pas PD arrière (1) (*Pas glissé*) - Drag PG vers PD (2) (*Garder appui sur PD*) [12h00]

&3-4 Back PG - Side PD - Cross PG : Pas PG arrière (&) - Pas PD à D (2) - Croiser PG devant PD (3)

5-6 Pas PD à D (5) - Hold (6)

&7-8 Pas PG à côté PD - Rock Step PD à D et 1/4 tour G : Pas PG à côté PD (&) - Pas PD à D (7) - Revenir sur PG et 1/4 tour G [9h00]

Style sur comptes 5-6 & 7 : Rouler les épaules vers la droite, puis les rouler vers la gauche en faisant le 1/4 tour G

*Side Points R&L - Hold (Body Roll L) - Close R - Side L - Swivel R Toe, Heel, Toe, Hitch R, Fwd R

1&2 Pointer PD à D (1) - Pas PD à côté PG (&) - Pointer PG à G (2)

3&4 Hold et transfert appui PG (*avec Body Roll à G*) (3) - Pas PD à côté PG (&) - Pas PG à G (4)

5&6 Swivel PD Pointe IN (5), Talon IN (&), Pointe IN (6) (*de droite vers gauche*)

7-8 Hitch PD (7) - Pas PD devant (8)

*Walk Fwd L,R - L Ball Side Rock - L Cross - R Side - 1/4 Turn L X 3 (Box Square)

1-2 Pas PD avant (1) - Pas PG avant (2)

&3-4 Rock et Cross PG à G : Pas PG à G (*sur Ball*) (&) - Revenir appui PD (3) - Croiser PG devant PD (4)

5-6 Pas PD à D (5) - 1/4 tour G et Pas PG à G (6) [6h00]

7-8 1/4 tour G et Pas PD à D (7) (3h00) - 1/4 tour G et Pas PG à G (8) [12h00]

Style sur comptes 5-6-7-8 : Faire un carré sur le sol et glisser le pied près du pied d'appui avant de le poser (follow through)

*R Cross - L Point - L Cross - R Point - Point R Fwd, Side R Coaster

1-4 Croiser PD devant PG (1) - Pointer PG à G (2) - Croiser PG devant PD (3) - Pointer PD à D (4)

5-6 Pointer PD devant (5) - Pointer PD à D (6)

7&8 Coaster Step PD : Pas PD arrière (7) - Pas PG à côté PD (&) - Pas PD devant (8)

www.natlinedance.fr





*Walk L, R - Out, Out, In - R Fwd - L Fwd - 1/4 R - L Cross - R Tap, Press R

- 1-2 Pas PG devant (1) - Pas PD à D (2)
&3&4 Pas PG à G (ε) - Pas PD à D (3) - Pas PG au centre (ε) - Pas PG devant (4)
5-6 Step PG 1/4 tour D : Pas PG devant (5) - Faire 1/4 tour D (revenir appui PD) (6) [3h00]
7&8 Croiser PG devant PD (7) - Taper PD à côté PG (ε) - Press PD devant et orienter le corps diagonale D (8) [4h30]

*Heel Taps X2 - R Kick - R Coaster - 1/2 Turn Fwd L - 1/2 Turn R - Hold - L Ball - R Step, On Diagonal

- 1&2 Taper Talon D sur place (1) - Taper Talon D sur place (ε) - Kick PD diagonale D (2)
3&4 Coaster Step PD : Pas PD arrière (3) - Pas PG à côté PD (ε) - Pas PD devant (4) toujours en diagonale [4h30]
5-6 Full Turn avant (en diagonale) : 1/2 tour D et Pas PG arrière (5) (10h30) - 1/2 tour D et Pas PD avant (6)
7&8 Hold (7) - Pas PG à côté PD (sur Ball) (ε) - Pas PD avant (8) toujours dans la diagonale

*Rock - Recover - Back Lock - Sweep - Rock/Hitch - Recover - 1/4 Turn Sweep - Coaster

- 1-2 Rock Step PG avant : Pas PG avant (1) - Revenir appui PD (2) toujours en diagonale
3&4 Pas PG arrière (3) - Lock PD devant PG (ε) - Revenir appui PG et Sweep PD vers arrière (4)
5&6 Pas PD arrière avec Hitch PG (5) - Poser PG devant (ε) - Pas PD arrière et Sweep PG vers arrière avec 1/4 tour G [12h00]
7&8 Coaster Step PG : Pas PG arrière (7) - Pas PD à côté PG (ε) - Pas PG avant (8)

*Mambo - Point Back - 1/4 Turn L - Crossing Schuffle - 1/4 Turn Left - Hitch

- 1&2 Mambo PD avant (fini arrière) : Pas PD avant (1) - Revenir appui PG (ε) - Pas PD arrière (2)
3-4 Pointer PG derrière PD (3) - 1/4 tour G et appui PG (4) [9h00]
5&6 Cross Shuffle PD vers G : Croiser PD devant PG (5) - Pas PG à G (ε) - Croiser PD devant PG (6)
7-8 1/4 tour G et Pas PG devant (7) - Hitch PD (8) [6h00]

Style sur comptes 3-4 : Faire un Body Roll en faisant le 1/4 tour G.

Sur les comptes 5&6 : servez-vous de vos épaules pendant le Cross Shuffle

www.natlinedance.fr

