



<http://www.kickNscuff26.com>

ADRENALINE RUSH

(Septembre 2015)

CHOREGRAPHIE : Maggie Gallagher

TYPE : Line Dance, 64 comptes, 2 murs, 3 Tag, 1 Restart

NIVEAU : Intermédiaire

MUSIQUE : Shine in the light (Anna Rossinelli)

Intro : 16 comptes, démarrer sur le mot "picture"

Séquence : 64, **Tag 1**, 64, **Tag 2**, 60 -Restart, 64, 64, 64, **Tag 2**

SIDE, ROCK BACK, R CHASSE, ROCK BACK, L CHASSE

- 1, 2, 3 PG à G, Rock PD croisé derrière PG, revenir sur PG
- 4&5 PD à D, PG à côté du PD, PD à D
- 6, 7 Rock PG croisé derrière PD, revenir sur PD
- 8&1 PG à G, PD à côté du PD, PG à G

HOLD, & SIDE, TOUCH, ¼, ½, ½, ROCK & CROSS

- 2&3, 4 Pause, PD à côté du PG, PG à G, Toucher pointe D à côté du PG
- 5, 6, 7 ¼ de tour à D + PD devant, ½ tour à D + PG derrière, ½ tour à D + PD devant
- 8&1 Rock PG à G, revenir sur PD, PG croisé devant PD

3h

R SIDE ROCK, CROSS, SIDE TOGETHER, L CHASSE

- 2, 3, 4 Rock PD à D, revenir sur PG, PD croisé devant PG
- 5, 6 PG à G, PD à côté du PG
- 7&8 PG à G, PD à côté du PG, PG à G

BUMP BACK, R LOCK STEP, STEP, ½ R, L LOCK STEP

- 1, 2 PD derrière avec coup de hanches vers l'arrière, revenir sur PG
- 3&4 PD devant, PG croisé derrière PD, PD devant
- 5, 6 PG devant, ½ tour à D sur ball G + PD devant
- 7&8 PG devant, PD croisé derrière PG, PG devant

9h

POINT, HOLD & POINT, ¼, HITCH, BACK BUMP, BUMP, BUMP

- 1, 2&3 Pointer PD à D, pause, PD à côté du PG, Pointer PG à G
- 4, 5 ¼ de tour à G sur PD, Hitch genou G
- 6, 7, 8 PG derrière + coup de hanches en arrière, revenir sur PD + coup de hanches en avant, revenir sur PG + coup de hanches en arrière

6h

BALL ¼ CROSS, HOLD, BALL CROSS, HITCH, JAZZ BOX ½ CROSS

- &1., 2 Amener PD à côté du PG, ¼ de tour à G + croiser PG devant PD, pause
- &3,4 Petit pas PD sur Ball légèrement à D, PG croisé devant PD, Hitch genou D devant jambe G
- 5, 6, 7 PD croisé devant PG, ¼ de tour à D + PG derrière, ¼ de tour à D + PD à D
- 8 PG croisé devant PD

3h

9h

SIDE, HOLD & SIDE ROCK & SIDE ROCK, L ¼ SAILOR

- 1, 2& PD à D, pause, PG à côté du PD
- 3, 4 Rock PD à D, revenir sur PG
- &5, 6 PD à côté du PG, Rock PG à G, revenir sur PD
- 7&8 ¼ de tour à G + PG derrière, PD à D, PG devant

6h

WALK R, L KICK BALL CHANGE, TOUCH, BUMP L, R, L, R

1, 2&3 1 pas de marche avant du PD, Coup de PG devant, PG à côté du PD, PD légèrement devant
4 Touch PG à côté du PD

***RESTART ici pendant le 3ème mur**

5, 6, 7, 8 PG à G + coup de hanche à G, coup de hanches à D, coup de hanches à G, coup de hanches à D

TAG 1 : 16 comptes. À la fin du 1er mur (face à 6h)

TAG 2 : 8 comptes. À la fin des 2ème et 6ème murs (face à 12h)

TAG 1 : SIDE POINT, SIDE POINT, SWAY DOWN DOWN UP UP, SIDE TOUCH, SIDE TOUCH, BUMP L, R, L, R

1, 2 PG à G en balançant les hanches à G + plier légèrement les genoux, Pointer PD vers diagonale avant D

3, 4 PD à D en balançant les hanches à D + plier légèrement les genoux, Pointer PG vers diagonale avant G

5, 6 Pieds joints : Balancer les hanches à G puis à D (en se baissant genoux pliés)

7, 8 Pieds joints : Balancer les hanches à G puis à D (en se redressant)

1, 2, 3, 4 PG à G, Toucher pointe D à côté du PG, PD à D, Toucher pointe G à côté du PD

5, 6, 7, 8 PG à G + Coups de hanches à G, à D, à G, à D

TAG 2 : Faire seulement les 8 premiers comptes du Tag 1

NOTE: La danse se termine après le Tag à la fin du 6ème mur

KEEP DANCING !!!!!