



BARE ESSENTIALS

Chorégraphe : Carly Dimond (Australie) - 1998
Danse en ligne : 64 temps, 4 murs
Niveau : intermédiaire
Musique : Bare essentials de Lee Kernaghan -(two-step, 170 bpm, album Hat town - février 1998)
Départ : 32 temps après le début du morceau, sur le mot two de la 1ère phrase : I got two strong hands..

RIGHT STEP FORWARD, HIP BUMPS, HIP ROLL

1-4 Avancer PD à 45° à D avec hip bump D (1), hip bump D (2), hip bump G x2 (3-4)
 5-8 Hip roll (D, G, D, G)

RIGHT TOE BACK, HOLD, ¼ TURN RIGHT, HOLD (TWICE)

1-4 Pointer PD en arrière, hold, 1/4 tour à D sur la plante du PG en reposant PD, hold (poids du corps sur PG)
 5-8 Répéter 1 à 4 ci-dessus

SLOW LOCK STEP FORWARD, SCUFF, ¼ TURN RIGHT, STOMP x2

1-4 Avancer PD, lock PG derrière PD, avancer PD, scuff PG
 5-8 Avancer PG, pivoter d'1/2 tour à D, stomp G, stomp up D

STOMP, HOLD, SLOW ¼ TURN

1-4 Stomp avant PD en écartant les mains de chaque côté, hold (sur les 3 temps suivants)
 5-8 Pivoter lentement d'1/4 tour à G en pliant les genoux puis en remontant (garder les mains de chaque côté)

TOE STRUTS TO RIGHT x4

1-4 Toe strut PD à D (avec click des doigts sur 2), toe strut PG croisé devant PD (avec click des doigts sur 4)
 5-8 Répéter 1 à 4 ci-dessus (faire des shimmys avec les épaules sur les 8 temps ci-dessus)

SIDE ROCK, LEFT WEAVE WITH ¼ TURN LEFT, PIVOT ¼ TURN LEFT

1-4 Side rock PD à D, croiser PD devant PG, PG à G
 5-8 Croiser PD derrière PG, PG à G avec 1/4 tour à G, avancer PD, pivoter d'1/4 tour à G

KICK, KICK, SLAP, STEP (TWICE)

1-4 Kick PD en avant, kick PD à D, slap talon D avec la main G derrière la jambe G, poser PD sur place (en décollant légèrement PG du sol)
 5-8 Kick PG en avant, kick PG à G, slap talon G avec la main D derrière la jambe D, poser PG sur place poids du corps sur PG)

CROSS RIGHT TOE BEHIND, HOLD, POINT, HITCH, POINT, HITCH

1-4 Croiser la pointe du PD derrière PG, en joignant les mains (main D en travers du corps) et en tournant la tête à G (1), hold (3 temps)
 5-8 Pointer PD à D, hitch D avec click des doigts, pointer PD à D, hitch D avec click des doigts

Page perso Buffalo -

Saison 2009/2010 - Cours du 05 mars 2010

*Cette feuille de danse a été préparée par Buffalo pour les adhérents du club. Réservez aux seuls adhérents du club
 Se reporter impérativement à la feuille de danse originale du chorégraphe qui seule fait foi.*

countrysaintes@wanadoo.fr - tél 05 46 74 41 84 -
 Site web: www.countrysaintesbuffalodancers17.com