



EAST HILL TWIST

Chorégraphie : Dan Albro (2015)

Description : 32 temps - danse en couple

Niveau : Débutant

Musique : «Wake me up» par Billy Currington

Intro : 16 temps

Position de départ : Sweetheart face à LOD : côte à côte face à la ligne de danse dans le sens de la progression.



Section 1 (commune): WALK, WALK, WALK, KICK, BACK, BACK, COASTER STEP

1-2 : PD devant - PG devant

3-4 : PD devant - Kick du PG devant

5-6 : PG derrière - PD derrière

7&8 : PG derrière - PD à côté du PG - PG devant

Section 2 (commune): STEP, PIVOT 1/4 TURN AND HEEL TWIST, HEEL TWIST, 1/4 TURN AND HEEL TWIST, STEP, 1/4 TURN AND HEEL TWIST, HEEL TWIST, 1/4 TURN AND HEEL TWIST,

Lâcher les mains G, passer les bras D au-dessus de la tête de la femme

1-2 : PD devant - Pivot 1/4 de tour à gauche en pivotant les talons à droite. Position Reverse Indian, face à I.L.O.D. la femme derrière l'homme Les mains tenues à la hauteur de la ceinture

3-4 : Pivoter les talons à gauche - 1/4 de tour à gauche en pivotant les talons à droite, poids sur le PG. Face à R.L.O.D. lâcher les mains D, les mains G sont devant la femme, passer les mains G au-dessus de la tête de la femme

5-6 : PD devant - 1/4 de tour à gauche en pivotant les talons à droite. Position Indian, face à O.L.O.D. Homme derrière la femme

7-8 : Pivoter les talons à gauche - 1/4 de tour à gauche en pivotant les talons à droite poids sur le PG. Position de départ Sweetheart, face à L.O.D.

1-2



3-4



5-6



7-8 : position de départ

Section 3 : SHUFFLE FWD, SHUFFLE FWD, SHUFFLE FWD, SHUFFLE FWD

1&2 (commun) : Shuffle PD, PG, PD, en avançant. Lâche les mains G, lever les bras D

3&4 : H : Shuffle PG, PD, PG, en avançant. La femme passe sous les bras D (RLOD)

F : Shuffle PG, PD, PG, 1/2 tour à droite.

5&6 : H : Shuffle PD, PG, PD, en avançant. Position Sweetheart, face à L.O.D.

F : Shuffle PD, PG, PD, 1/2 tour à droite

7&8 (commun) : Shuffle PG, PD, PG, en avançant

Section 4 (commune): ROCK STEP, SHUFFLE 1/2 TURN, ROCK STEP, SHUFFLE 1/2 TURN.

1-2 : Rock du PD devant - Retour sur le PG

3&4 : Shuffle PD, PG, PD, 1/2 tour à droite. Position Sweetheart inversé, face à R.L.O.D. homme à l'intérieur du cercle.

5-6 : Rock du PG devant - Retour sur le PD

7&8 : Shuffle PG, PD, PG, 1/2 tour à gauche. Reprendre la position de départ, face à L.O.D.

Reprendre au début en gardant le sourire



Reversed Shadow Position (Position de l'ombre souvent appelée **Reverse Indian Position** : position Indienne Inversée) : Position du Corps : Homme devant la Femme Position des mains : mains au niveau des épaules de l'homme ou main droite dans la main droite, main gauche sur la hanche gauche de l'homme, celui-ci ayant sa main gauche à la hanche.

Sweetheart Position (appelée **Side-By-Side** : Côte à Côte) : Position du Corps Homme à gauche de la Femme Position des mains : main gauche dans main gauche au niveau de la poitrine de l'homme, main droite dans main droite au niveau de l'épaule droite de la femme.

LOD « Line Of Dance » : On se dirige dans la même direction que la ligne de danse, le mur est à votre droite et on tourne à l'inverse des aiguilles d'une montre autour de la piste de danse.

RLOD « Rear Line Of Dance » : Position dos à la ligne de danse.

ILOD « Inside Line Of Dance » : Position face à l'intérieur du cercle, dos au mur.

OLOD : « Outside Line Of Dance » Position face à l'extérieur du cercle, dos au centre.