



BARE ESSENTIAL

Chorégraphe : Carly Dimond

Musique : Bare Essentials » by Lee Kernaghan

Danse : Intermédiaire - 4 murs, 64 temps

You Tube : <http://www.youtube.com/watch?v=h9tstnwk7B8&feature=related>

BUMPS RIGHT-RIGHT, BUMPS LEFT-LEFT, ROLL HIPS RIGHT-LEFT-RIGHT-LEFT

- 1 & 2 Pas D en avant dans la diagonale droite avec bump à droite & bump à droite
 3 & 4 Bump à gauche & bump à gauche (*Variation : 1 - 4 Bump à droite, hold, bump à gauche, hold*)
 5 - 8 Rouler les hanches de droite à gauche (*Variation : Bumps (D-G-D-G)*)

TOUCH BACK, HOLD, 1/4 TURN RIGHT, HOLD (X2)

- 1 - 2 Toucher pointe Droite derrière, HOLD
 3 - 4 1/4 de tour à droite, HOLD (*poids du corps reste sur Gauche*)
 5 - 8 Reprendre 1 - 4

STEP LOCK STEP SCUFF, STEP 1/2 TURN, STOMP, STOMP-UP

- 1 - 2 PD en avant, lock Gauche derrière Droit
 3 - 4 PD en avant, scuff Gauche devant
 5 - 6 PG en avant, 1/2 tour à droite et poids du corps sur Droit
 7 - 8 Stomp Gauche devant, stomp-up D à côté de Gauche

STOMP, HOLD, TURN 1/4 TURN LEFT (SLOWLY OVER 3 COUNTS)

- 1 - 4 Stomp down Droit devant, **HOLD (2-3-4)**
 5 - 8 1/4 de tour à gauche lentement genoux fléchis (*mains immobiles de chaque côté*)

SIDE STRUT, CROSS STRUT, SIDE STRUT, CROSS STRUT (WITH SHIMMY SHOULDERS)

- 1 - 2 PD (sur la plante) à droite, poser talon Droit + snap
 3 - 4 PG (sur la plante) croisé devant Droit, poser talon Gauche + snap
 5 - 8 Reprendre 1 - 4

SIDE ROCK, CROSS, SIDE, BEHIND, 1/4 TURN, STEP, 1/4 TURN

- 1 - 2 PD (ROCK) à droite, revenir sur gauche
 3 - 4 PD croisé devant Gauche, pas Gauche à gauche
 5 - 6 PD croisé derrière Gauche, 1/4 de tour à gauche et PG en avant
 7 - 8 PD en avant, 1/4 de tour à gauche et poids du corps sur Gauche

KICK, KICK, SLAP STEP, KICK KICK, SLAP STEP

- 1 - 2 Kick D devant, kick D à droite
 3 - 4 Hook Droit derrière jambe Gauche et slap talon Droit avec main Gauche, PD à côté de PG
 5 - 6 Kick Gauche devant, kick Gauche à gauche
 7 - 8 Hook gauche derrière jambe Droite et slap talon Gauche avec main Droite, PG à gauche

BEHIND, HOLD, POINT HITCH, POINT HITCH

- 1 pointe D croisée derrière Gauche (*en même temps, tournez la tête à gauche et : Pointez les mains en bas sur le côté gauche*)
 2 - 3 - 4 **HOLD sur 3 temps**
 5 - 6 Toucher pointe D à droite, hitch D + snap D (en option)
 7 - 8 Toucher pointe D à droite, hitch D + snap D (en option)

Siège social : Mairie de CHAMPAGNE AU MONT D'OR

e-mail : hellodan69@wanadoo.fr

Site : <http://www.goldenhilledancers.fr/>