



Traduction
et mise en page :

Michel Simon

www.kicknclap.com

A LITTLE MESSED UP

Choregraphe : Shawn Antonelli & Donna Manning

dancinfreedonna@gmail.com

Ligne, 32 temps, 4 murs,

Intermédiaire

Intro 48 temps

Conventions : PD= Pied Droit -PG=Pied Gauche -D=Droite -G=Gauche -PdC = Poids du corps-(3°p) =3° position

Séquence 1 (1-8) HEEL TOUCHES R, L, HITCH, VINE ¼ TURN L W/ A SWEEP			
1-2	Talon D, pose	PD touche talon devant	PD pose près PG
3-4	Talon G, Hitch	PG talon touche devant	PG lever légèrement
5-6	PG à G, PD derrière	PG pose à G	PD pose plante derrière PG
7-8	PG à G 1/4 G, sweep D	PG pose à G 1/4 à G	PD décrit arc de cercle vers l'avant (sweep) 9h
Séquence 2 (9-16) JAZZ BOX, VINE LEFT ¼ TURN, SCUFF			
1-2	Jazz Box PD	PD pose croisé devant PG	PG recule
3-4	PG touche (triangle)	PD pose légèrement à D	PG touche près PD (sans PdC)
5-6	PG à G, PD derrière	PG pose à G	PD pose plante derrière PG
7-8	PG à G 1/4 G, PD scuff	PG pose à G 1/4 à G	PD brosse talon vers l'avant 6h
RESTART ICI AU MUR 6			
Séquence 3 (17-24) RIGHT ROCKING CHAIR TWO ½ TURNS, ROCK RECOVER			
1-2	PD rock step avant	PD pose en avant	PG reprend PdC
3-4	PD rock step arrière	PD pose plante en arrière	PG reprend PdC
5	PD recule 1/2 à G	PD recule 1/2 à G	12h
6	, PG avance 1/2 à G	PG avance 1/2 à G	6h
7-8	PD rock step avant	PD pose en avant	PG reprend PdC
Séquence 4 (25-32) ½ TURN, ¼ TURN, RIGHT SAILOR STEP, STEP			
1-2	PD avance 1/2 D, hold	PD avance 1/2 à D	pause (hold) 12h
3-4	PG à G 1/4 D, hold	PG pose à G 1/4 à D	pause (hold) 3h
5-6-7	Sailor PD (3 temps)	PD pose plante derrière PG	PG pose légèrement à G PD pose légèrement à D
8	PG avance	PG pose légèrement devant	

1 RESTART AU MUR 6 APRES 16 TEMPS (redémarrer au début)

Recommencer avec le sourire!

Musique :

AMERICAN KIDS - Kenny Chesney - 170 bpm - Intro 48 temps

