



I BE U BE

Chorégraphe : Gudrun Shneider

Musique : I Be U Be (High Valley) Intro 8 temps

Danse : Intermédiaire - 4 murs, 48 temps - RESTARTS

You Tube : https://www.youtube.com/watch?v=F_cVAehtqgw&list=RDF_cVAehtqgw

RESTARTS : Sur le 2e mur qui commence et finit à 9 H

Sur le 4e mur qui commence et finit à 6 H

Sur le 6e mur qui commence et finit à 3 H

Sur les murs 8-9 et 10 qui commencent et finissent à 12 H

TAG/RESTART : A la fin du 1er mur à 9 H et du 5e mur à 3 H - Ajouter HEEL, HOOK

1-2 Talon D dans la diagonale avant droite, HOOK D croisé devant PG puis RESTART

TRIPLE FWD, TRIPLE 1/2 R, ROCK BACK, HEEL-BALL-CROSS

1&2 Triple Droit devant (D,G,D)

3&4 1/4 tour à droite et PG à gauche, PD à côté du PG, 1/4 tour à droite et PG derrière

6 H

5-6 Rock PD derrière, Revenir sur PG

7&8 Talon D dans la diagonale avant droite, PD à côté du PG, PG croisé devant PD

ROCK SIDE, ROCK BACK, JAZZ BOX

1-2 Rock PD à droite, Revenir sur PG

3-4 Rock PD derrière, Revenir sur PG

5.6.7.8 PD croisé devant PG, PG en arrière, PD à droite, PG devant,

TRIPLE FWD, HEEL GRIND 1/4 L, ROCK BACK, STEP 1/2 R

1&2 triple Droit devant (D,G,D)

3-4 talon PD avant, pointe PD vers Gauche avec 1/4 tour et PG à gauche

3 H

5-6 Rock step PG en arrière, Revenir Pdc sur PD

7-8 PG devant, 1/2 tour à droite

9 H

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

1-2 PG devant, 1/4 tour à droite

12 H

3&4 PG croisé devant PD, PD à droite, PG croisé devant PD

5-6 Rock step PD à droite, Revenir Pdc sur PG

7-8 PD croisé derrière PG, PG à gauche

RESTARTS ici sur les murs 2 (qui commence et finit à 9 H), 4 (qui commence et finit à 6 H)

6 (qui commence et finit à 3 H) 8-9 et 10 (qui commencent et finissent à 12 H)

ROCK FWD, SAILOR TURNING 1/4 R, ROCK STEP & ROCK STEP

1-2 Rock step PD devant, Revenir sur PG

3&4 PD croisé derrière PG, (en appui sur PD) 1/4 de tour à droite en posant PG à gauche, PD devant

3 H

5-6 Rock G devant, Revenir sur PD

& PG à côté du PD

7-8 Rockstep PD devant, Revenir sur PG

TRIPLE BACK, TOUCH UNWIND 1/2 L, JAZZBOX

1&2 Triple PD en arrière (D,G,D)

3-4 Pte PG derrière, (en appui sur PD) 1/2 tour à gauche en ramenant PDC sur PG devant

9 H

5-6 PD croisé devant PG, PG derrière

7-8 PD à droite, PG devant

TAG ICI A la fin du 1er mur (9 H) et du 5e mur (3 H) - Ajouter HEEL, HOOK

1-2 Talon D dans la diagonale avant droite, Hook D croisé devant PG puis Reprendre la danse au début