



# Anita Swing

Sandra Bermudez

**Danse en ligne** 16 comptes, 4 murs, 1 Break

**Musique :** "God created woman" d'Anita Cochran (130 bpm)

**Niveau :** débutant

**Rythme:** West Coast Swing

Démarrer la danse sur les paroles après 32 comptes d'intro

## **1-8 STEP DIAGONALLY FWD, TOUCH & CLAP, STEP DIAGONALLY BACK, TOUCH & CLAP, GRAPEVINE, TOUCH**

- |       |  |              |
|-------|--|--------------|
| 1-2   | Poser le PD en diagonale avant G, Touch PG à côté du PD et Clap<br><i>Pour donner du style, on peut fléchir les genoux sur le Clap</i> | <b>12:00</b> |
| 3-4   | Poser le PG en diagonale arrière G, Touch PD à côté du PG et Clap  | <b>12:00</b> |
| 5-6-7 | PD à D, croiser PG derrière PD, PD à D   | <b>12:00</b> |
| 8     | Touch PG à côté du PD  | <b>12:00</b> |

## **9-16 GRAPEVINE with ¼ TURN, SCUFF, HEEL STRUTS x 2**

- |       |   |             |
|-------|---|-------------|
| 1-2-3 | PG à G, croiser PD derrière PG, faire ¼ de tour vers la G et poser le PG devant   | <b>9:00</b> |
| 4     | Scuff du PD à côté du PG  | <b>9:00</b> |
| 5-6   | Poser le talon D devant, baisser la plante du PD en mettant le poids du corps sur PD  | <b>9:00</b> |
| 7-8   | Poser le talon G devant, baisser la plante du PG en mettant le poids du corps du PG<br><i>Pour donner du style, on peut faire des « Shimmies » (mouvement des épaules d'avant vers l'arrière en alternant épaule D et épaule G) sur les « Heel Struts »</i> | <b>9:00</b> |

Recommencez... Et vivez la danse avec le sourire !!!

**Note :** au bout d'environ 3mn05, on pense que la musique s'arrête. Attendre un peu et laisser la musique revenir pour redémarrer la danse.

**Ce Break dure environ 32 comptes, pendant ce temps, évoluez comme vous le souhaitez en vous remettant face à 12h (mur de départ).**