

EAST BOUNCE AND DOWN

Musique: "East Bound and Down" by Jerry Reed
Chor.: Kathy Hunyadi
Counts: 32
BPM : 124 (Polka)
Level : Beginner-Intermédiaire (trad : Sophie Archimbaud)

SHUFFLES FORWARD-BACK

1 & 2 Shuffle droit avant (D-G-D) dans la diagonale droite
3 & 4 Shuffle gauche avant (G-D-G) sur la même diagonale
5 & 6 ¼ tour à droite sur pied gauche et shuffle droit arrière (D-G-D) faisant face à la diagonale suivante
7 & 8 Shuffle gauche arrière (G-D-G) faisant toujours face à la même diagonale

SHUFFLE FORWARD, STEPS BACK, TOUCH & CLAP

1 & 2 ¼ tour à droite et shuffle droit avant (D-G-D)
3 & 4 Shuffle gauche avant (G-D-G)
5-6 Face au mur qui suit (9:00), reculer droit, reculer gauche
7 Croiser pointe droite devant pied gauche
& 8 Frapper des mains 2X

STEP & SLIDE, THREE STEP TURN

1 Pied droit à droite (grand pas)
2-3-4 Long slide du pied gauche vers le pied droit
5 ¼ tour à G et pas avant gauche
6 sur pied gauche ½ tour à G et pas droit en arrière
7 sur pied droit ¼ tour à G et pas gauche à gauche
8 ramener pointe droite près du pied gauche (poids du corps sur gauche)
(ce pas sur les 4 derniers temps est parfois appelé « rolling vine »)

ROCK STEP, ½ TURN SHUFFLE, STEP TURN, STOMP & CLAP

1-2 Rock step pied droit devant, replacer poids sur pied gauche
3 & 4 ½ tour à droite avec shuffle DGD sur place
5-6 Pied gauche devant, ½ tour à droite, placer poids du corps sur pied droit
6 Stomp pied gauche devant
& 8 Frapper 2 X des mains