



BARE ESSENTIALS

Chorégraphe : Carly DIMOND - Sydney - AUSTRALIE / Mars 1998

Source : SPEED'IRENE

Line Dance : 64 temps - 4 murs

Niveau : Intermédiaire / Avancé

Musique : (*teach*) - Searchin' for another you - Lee KERNAGHAN - BPM 128

(*slow*) - The outback - Lee KERNAGHAN- BPM 154

Bare essentials - Lee KERNAGHAN - BPM 170

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 8 / 2011

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 32 temps

HIP BUMPS, HIP ROLLS

- 1.2 pas PD sur diagonale avant D BUMP HIP avant D - BUMP HIP avant D
3.4 BUMP HIP arrière G - BUMP HIP arrière G
5 à 8 *ROLL HIPS* : D. G. D. G.

BACK, HOLD, 1/4 TURN, HOLD, BACK, HOLD, 1/4 TURN, HOLD

- 1 à 4 TOUCH pointe PD arrière - **HOLD** - 1/4 de tour D - **HOLD**
5 à 8 TOUCH pointe PD arrière - **HOLD** - 1/4 de tour D - **HOLD**

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

- 1.2.3 *STEP-LOCK-STEP D avant* : pas PD avant - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) - pas PD avant
4 SCUFF PG devant
5.6 pas PG avant - 1/2 tour PIVOT vers D (*appui PD*)
7.8 STOMP PG à côté du PD - STOMP PD à côté du PG

STOMP, HOLD 3, SLOW 1/4 TURN

- 1 à 4 STOMP PD devant (*mains écartées de chaque côté*) - **HOLD** (*temps 2 . 3 . 4*)
5 à 8 **1/4 de tour G** , lentement genoux fléchis (*mains immobiles de chaque côté*)

SIDE SHIMMIES

(*mouvement des épaules, pendant les 8 temps suivants*)

- 1.2 *TOE STRUT D de côté* : pas pointe du PD côté D - *DROP* : abaisser talon D au sol + **SNAP**
3.4 *CROSS TOE STRUT G* : pas pointe du PG devant PD - abaisser talon G au sol + **SNAP**
5.6 *TOE STRUT D de côté* : pas pointe du PD côté D - *DROP* : abaisser talon D au sol + **SNAP**
7.8 *CROSS TOE STRUT G* : pas pointe du PG devant PD - abaisser talon G au sol + **SNAP**

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

- 1.2 ROCK STEP latéral D côté D , revenir sur PG côté G
3.4 CROSS PD devant PG - pas PG côté G
5.6 CROSS PD derrière PG - **1/4 de tour G** pas PG côté G
7.8 pas PD avant - 1/4 de tour PIVOT vers G (*appui PG*)

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

- 1.2 KICK PD avant - KICK PD côté D
3.4 SLAP talon D derrière jambe G avec main G - pas PD côté D
5.6 KICK PG avant - KICK PG côté G
7.8 SLAP talon G derrière jambe D avec main D - pas PG à côté du PD (*appui PG*)

CROSS BEHIND, HOLD 3, POINT, HITCH, POINT, HITCH

- 1 à 4 CROSS pointe PD derrière PG (*tourner la tête à G*) - **HOLD** (*temps 2 . 3 . 4*)
5.6 TOUCH pointe PD côté D - HITCH genou D devant + **SNAP**
7.8 TOUCH pointe PD côté D - HITCH genou D devant + **SNAP**