



CAUGHT IN THE ACT

Chorégraphe : Ann WOOD – Frodsham, ANGLETERRE / Février 2004

Source : SPEED'IRENE

Niveau : Novice

Description : 64 temps - 4 murs

Musique : Who's been sleeping in my bed - Glenn FREY - BPM 112/WCS Ternaire

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 2 / 2012

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

Introduction : 16 + 16 temps

KICK BALL CROSS X 2, SIDE ROCK, RECOVER, SAILOR

- 1&2** *KICK BALL CROSS D* : KICK PD sur diagonale avant D ↗ - pas BALL PD à côté du PG - CROSS PG devant PD
- 3&4** *KICK BALL CROSS D* : KICK PD sur diagonale avant D ↗ - pas BALL PD à côté du PG - CROSS PG devant PD
- 5.6** ROCK STEP latéral D côté D , revenir sur PG côté G
- 7&8** *SAILOR STEP D* : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD côté D

KICK BALL CROSS X 2, SIDE ROCK, RECOVER, SAILOR & 1/4 LEFT

- 1&2** *KICK BALL CROSS G* : KICK PG sur diagonale avant G ↖ - pas BALL PG à côté du PD - CROSS PD devant PG
- 3&4** *KICK BALL CROSS G* : KICK PG sur diagonale avant G ↖ - pas BALL PG à côté du PD - CROSS PD devant PG
- 5.6** ROCK STEP latéral G côté G , revenir sur PD côté D
- 7&8** *SAILOR STEP G* : CROSS PG derrière PD - **1/4 de tour G** pas PD côté D - pas PG avant

ROCK FORWARD, RECOVER, COASTER, ROCK FORWARD, RECOVER, SHUFFLE BACK, & 1/2 LEFT

- 1.2** ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière
- 3&4** *COASTER STEP D* : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant
- 5.6** ROCK STEP G avant , revenir sur PD arrière
- 7&8** *SHUFFLE G arrière* : pas PG arrière - pas PD à côté du PG - **1/2 tour G** pas PG avant - **3:00** -

ROCK FORWARD, RECOVER, BALL ROCK FORWARD, RECOVER, SHUFFLE BACK, ROCK BACK, RECOVER

- 1.2** ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière
- &3.4** *SWITCH* : pas PD à côté du PG - ROCK STEP G avant , revenir sur PD arrière
- 5&6** *SHUFFLE G arrière* : pas PG arrière - pas PD à côté du PG - pas PG arrière
- 7.8** ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant

Suite page suivante ...

POINT, HOLD, BALL POINT, HOLD, HEEL SWITCHES X 2, STEP, 1/4 LEFT PIVOT

- 1.2** TOUCH pointe PD côté D - **HOLD**
&3.4 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH pointe PG côté G - **HOLD**
&5 SWITCH : pas PG à côté du PD - TOUCH talon D avant
&6 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G avant
&7.8 SWITCH : pas PG à côté du PD - pas PD avant - 1/4 de tour PIVOT vers G
(appui PG) - **12:00** -

CROSS SHUFFLE, SIDE, 1/2 RIGHT HINGE, CROSS ROCK, RECOVER, SHUFFLE LEFT

- 1&2** CROSS SHUFFLE D vers G ↖ : CROSS PD devant PG - pas PG côté G –
CROSS PD devant PG
3.4 1/4 de tour D , sur BALL PD pas PG arrière - 1/4 de tour D , sur BALL PG pas
PD à côté du PG
5.6 CROSS ROCK STEP G devant , revenir sur PD derrière
7&8 SHUFFLE G latéral : pas PG côté G - pas PD à côté du PG - pas PG côté G

CROSS, TOUCH, SLOW HEEL JACKS WITH HOLDS

- 1.2** CROSS PD devant PG - TOUCH pointe PG derrière talon D
&3.4 Pas PG à côté du PD - TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗ - **HOLD**
&5.6 Pas PD à côté du PG - CROSS PG devant PD - **HOLD**
&7.8 Pas PD à côté du PG - TOUCH talon G sur diagonale avant G ↖ - **HOLD**

BALL CROSS, 1/4 RIGHT, COASTER, STEP, STEP, SHUFFLE FORWARD

- &1.2** Pas PG à côté du PD - CROSS PD devant PG - 1/4 de tour D pas PG arrière
3&4 COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant
5.6 2 pas avant : pas PG avant - pas PD avant [**Optional FULL TURN à G**]
7&8 SHUFFLE G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant