

# Bare Essentials



**Chorégraphe :** Carly Dimond (AUS - 1998)

**Niveau :** Intermédiaire

**Description :** Danse en ligne, 64 temps, 4 murs

**Musique :** "Bare Essentials" (169 bpm) par Lee Kernaghan (CD : Hat Town)

**Démarrage :** au 32ème temps, sur le mot "two" de la première phrase

## **RIGHT STEP FORWARD, HIP BUMPS, HIP ROLL (HANCHES D, G, D,G,D,G)**

1-4 Pas D devant en diagonale et pousser les hanches à D 2 fois. Pousser les hanches à G 2 fois

5-8 Rouler les hanches à D, à G, à D et à G

## **RIGHT TOE BACK, HOLD, ¼ TURN RIGHT, HOLD (TWICE) (1/4 D, 1/4 D)**

1-2 Pointer le D derrière. Pause

3-4 Pivoter 1/4 tour à D (garder PdC sur G). Pause

5-6 Pointer le D derrière. Pause

7-8 Pivoter 1/4 tour à D (garder PdC sur G). Pause

## **SLOW LOCK STEP FORWARD, SCUFF, ½ TURN RIGHT, STOMP x2 (DEVANT, CROISÉ, DEVANT, 1/2 D, STOMP)**

1-2 Pas D devant. Croiser (Lock) le G derrière le droit

3-4 Pas D devant. Brosser (Scuff) le G devant

5-6 Pas G devant. Pivoter 1/2 tour à droite

7-8 Frapper le sol (Stomp) avec le G. Frapper le sol (Stomp) avec le D (laisser PdC à G)

## **STOMP, HOLD, SLOW ¼ TURN (STOMP, PAUSE, 1/4 D)**

1-4 Frapper le sol (Stomp) avec le D devant, en écartant les mains de chaque côté du corps. Pause sur 3 temps

5-8 Lentement, plier les genoux et pivoter 1/4 tour à gauche – mains toujours écartées

## **TOE STRUTS TO RIGHT x4 (POINTE-TALON À DROITE. Sur les pas ci-dessous, rouler les épaules)**

1-2 Pointe D à droite. Baisser le talon D et cliquer les doigts

3-4 Croiser la pointe G devant le droit. Baisser le talon G et cliquer les doigts

5-6 Pointe D à droite. Baisser le talon D et cliquer les doigts

7-8 Croiser la pointe G devant le droit. Baisser le talon G et cliquer les doigts

## **SIDE ROCK, LEFT WEAVE WITH ¼ TURN LEFT, PIVOT ¼ TURN LEFT (ROCK, CROISER DEVANT, CROISER DERRIÈRE, 1/4 G, 1/4 G)**

1-2 Pas Rock D à droite. Revenir sur le G

3-4 Croiser/déposer le D devant le G. Pas G à gauche

5-6 Croiser/déposer le D derrière le G. Pas G à G en pivotant 1/4 tour à G

7-8 Pas D devant. Pivoter 1/4 tour à G (laisser le poids sur G)

## **KICK, KICK, SLAP, STEP (TWICE) (KICK, SLAP, KICK, SLAP)**

1-2 Lancer (Kick) le D devant; Lancer(Kick) le D à droite

3-4 Frapper la botte D avec la main G derrière. Déposer D près du G

5-6 Lancer (Kick) le G devant. Lancer(Kick) le G à gauche

7-8 Frapper la botte G avec la main D derrière. Déposer G près du D

## **CROSS RIGHT TOE BEHIND, HOLD, POINT, HITCH, POINT, HITCH (CROISER, PAUSE, POINTE, GENOUX)**

1-4 Croiser pointe D derrière G (pointer mains à G, la main D croise le corps devant et tourner la tête à G). Pause 3 temps

5-6 Pointer le D à droite. Lever le genou D et cliquer les doigts

7-8 Pointer le D à droite. Lever le genou D et cliquer les doigts

**Abréviations :** PD = Pied Droit - Pd = Pied Gauche - D = Droite - G = Gauche - PdC = Poids du Corps

**Source :** <http://www.kickit.to> -

**Réalisation :** <http://www.aboutwesternlinedance.fr>