



www.kicknclap.com

SWEET ROUTINE

Choregraphe : MF Simon

Ligne, 32 temps, 4 murs,

Novices

Intro : 16 temps – Restart au 3^{ème} mur après 16 temps

Conventions : PD= Pied Droit -PG=Pied Gauche -D=Droite -G=Gauche -PdC = Poids du corps-(3°p) =3° position

Séquence 1	WALK X2, DIAGONAL STEP LOCK STEP FORWARD X2, ROCK STEP FWD			
1-2	Avance-Avance	PD avance	PG avance	
3&4	Avance-Lock-avance	PD avance en diag. D	PG lock derrière PD	PD avance diag D
5&6	Avance-Lock-avance	PG avance en diag. G	PD lock derrière PG	PG avance Diag. G
7-8	Rock step devant	PD pose devant	PG reprend PdC sur Place	12 h
Séquence 2	TRIPLE ½ TURN RIGHT, TRIPLE ¼ TURN RIGHT, BACK ROCK STEP, KICK BALL CHANGE			
1&2	Triple 1/2 tour à D	PD pose à D ¼ tour	PG pose près du PD	PD pose à D ¼ tour 6 h
3&4	Triple 1/4 tour à D	PG avance ¼ tour à D	PD pose près du PG	PG pose à G 9 h
5-6	Rock step arrière	PD pose en arrière	PG reprend PdC sur place	
7&8	Kick ball change	PD kick diag devant	PD pose plante près du PG	PG reprend PdC sur place 6h
	RESTART ICI AU 3 ^{ème} MUR			
Séquence 3	TRIPLE STEP ¼ TURN RIGHE, TWIST TURN, MAMBO STEP FORWARD AND BACK			
1&2	Triple 1/4 tour à D	PD avance avec ¼ tour D	PG pose près du PD	PD avance 12 h
3-4	Twist turn ½	PG croise devant PD	PD reprend PdC après ½ tour D	6 h
5&6	Mambo PG devant	PG pose devant	PD reprend PdC sur place	PG pose près du PD
7&8	Mambo PD derrière	PD pose en arrière	PG reprend PdC sur place	PD pose près du PG
Séquence 4	STEP TURN, STEP ¼ TURN-CROSS, 1/2 TURN & CROSS, TOE STRUT			
1-2	Avance-1/2 tour	PG avance	PD reprend PdC après ½ tour D	12 h
3&4	Avance-1/4 tour D-croise	PG avance	PD pose avec ¼ tour D	PG croise devant PD 3 h
5&6	¼ tour G-1/4 tour G-croise	PD recule avec ¼ tour G	PG avance avec ¼ tour G	PD croise devant PG 9h
7-8	Toe stut	PG pose plante devant	PG pose talon au sol	

Restart au 3^{ème} mur, après 16 temps- recommencer la danse au mur de 3h.

Recommencer avec le sourire!

Musique :

Eat, Sleep, Love You, Repeat
Rodney Adkins (single – Oct 2014)