



# SEXY BEACHES

**Chorégraphes : Dee Musk - Fred Whitehouse - Guyton Mundy - Niels Poulsen Septembre 2017**

**Niveau : Avancé. Danse phrasée. Déroulement des séquences: ABCC, ABCC, A\*8 comptes, ABC\*16 comptes, C. 3 styles**

**Descriptif : Danse en ligne - 0 mur - 80 temps - 2 RESTARTS (Détails dans cadre ci-dessous)**

**Musique : Sexy beaches Pitbull feat. Chloe Angelides. 3.58 mins. iTunes**

**Introduction: 8 temps (Environ 8 sec). Noter que votre premier compte pour commencer la danse est lent. Démarrer appui PG.**

**PARTIE A: 32 temps Nightclub/1 mur (La partie A commence toujours face à 12H)**

**1-9 SIDE R, BACK ROCK, FWD L & FULL SPIRAL, RUN RUN ROCK, BACK SWEEPS X 3, ¼ R SWAYS, ¼ L**

1 – 2& Pas PD côté D (1) - ROCK STEP PG arrière (2) - revenir sur PD avant (&)

3 Pas PG avant ... **SPIRALE tour complet à D** sur BALL PG **12H** (3)

4&5 **2 pas courus avant**: pas PD avant (4) - pas PG avant (&) - ROCK STEP PD avant (5)

6&7 Revenir sur PG arrière avec SWEEP PD d'avant en arrière (6) - pas PD arrière avec SWEEP PG d'avant en arrière (&) - pas PG arrière avec SWEEP PD d'avant en arrière (7)

&&1 **¼ de tour à D** ... pas PD côté D avec SWAY à D **3H** (&) - SWAY à G (8) - SWAY à D (&) - **¼ de tour à G** ... DRAG PD vers PG **12H** (1)

*Restart: quand vous danserez la partie A pour la 3ème fois, changer les comptes &&1 par ROCK STEP PD arrière (8) - revenir sur PG avant (&)*

*Rappelez vous: ne pas faire le ¼ de tour à D mais rester face à 12H, pour faire le Rock Step.*

**10-16 WEAVE, ¼ L, STEP TURN TURN, R ARM UP, R&L ARM DOWN & OUT, TO CHEST, SHOULDERS LR**

2&3& CROSS PD devant PG (2) - pas PG côté G (&) - CROSS PD derrière PG (3) - **¼ de tour à G** ... pas PG avant **9H** (&)

4&5 – 6 **STEP TURN**: pas PD avant (4) - **1/2 tour PIVOT à G** sur BALL PD ... **prendre appui sur PG avant 3H** (&) - **½ tour à G** ... pas PD côté D en commençant à lever le bras D vers l'avant, paume ouverte **9H** (5) - la main D termine tendue en avant et dirigée vers le haut (6)

7&8 Baisser le bras D côté D, le long de la jambe D, poing serré (7) - faire de même avec la main G (&) - monter les 2 mains vers la poitrine en croisant bras D au-dessus bras G (8)

&a TWIST du haut du corps à G (&) - TWIST du haut du corps à D (a)

**17-24 SWEEP R, CROSS ¼ R, R SIDE ROCK, FULL TURN WITH JUMP/KICK, ¼ R, ¼ R, TOGETHER, WEAVE**

1 – 2&3 Revenir en appui sur PG avec SWEEP PD d'arrière en avant (1) - CROSS PD devant PG (2) - **¼ de tour à D** ... pas PG arrière **12H** (&) - ROCK STEP latéral D côté D (3)

4&5 Revenir sur PG côté G **12H** (4) - **¼ de tour à D** ... pas PD avant **3H** (&) - **½ tour à D** ... pas PG arrière avec un KICK jambe D élevé mais en continuant à tourner d' **¼ de tour à D 12H** (5)

*Styling pour le compte 5 : faire un petit Jump à partir du PD pour illustrer les paroles 'jump into the deep end'.*

6&7 **¼ de tour à D** ... pas PD avant **3H** (6) - **¼ de tour à D** ... pas PG côté G **6H** (&) - pas PD à côté du PG (7)

&& CROSS PG devant PG (&) - pas PD côté D (8) - pas PG derrière PD (&)

**25-32 R BASIC, SIDE ROCK CROSS, ½ L, R ARM UP, R&L ARM DOWN & OUT, TO CHEST, SHOULDERS LR**

1 – 2& **BASIC NC à D**: grand pas PD côté D (1) - pas PG derrière PD (3<sup>ème</sup> position) (2) - revenir sur PD croisé devant PG (*légèrement sur diagonale avant G*) (&)

3&4& **SIDE ROCK CROSS G**: ROCK STEP latéral G côté G (3) - revenir sur PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (4) - **¼ de tour à G** ... pas PD arrière **3H** (&)

5 – 6 **¼ de tour à G** ... pas PG côté G en commençant à lever le bras D vers l'avant, paume vers le haut **12H** (5) - la main D termine tendue en avant et dirigée vers le haut (6)

7&8 Baisser le bras D côté D, le long de la jambe D, poing serré (7) - faire de même avec la main G (&) - monter les 2 mains vers la poitrine en croisant bras D au-dessus bras G (8)

&a TWIST du haut du corps à G (&) - TWIST du haut du corps à D (a) (*appui PD*)

**PARTIE B: 16 temps Rumba/1 mur (La partie B commence toujours face à 12H. NOTE: utilisez vos hanches!)**

**1-8 SWEEP R DIAGONALLY L, R ROCKS, L SIDE ROCK CROSS, ¼ L X 2, R ROCKS WITH BODY ROLLS**

1 – 2&3 Revenir en appui sur PG avec SWEEP PD avant sur diagonale G **10H30** (1) - ROCK STEP PD avant (2) - revenir sur PG arrière (&) - revenir sur PD avant D (3)

4&5 **1/8 de tour à D** ... **12H SIDE ROCK CROSS G**: ROCK STEP latéral G côté G (4) - revenir sur PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (5)

6& **¼ de tour à G** ... pas PD arrière **9H** (6) - **¼ de tour à G** ... pas PG côté G **6H** (&)

7&8& CROSS ROCK PD légèrement devant PG (7) - revenir sur PG arrière (&) - revenir sur PD avant D (8) - revenir sur PG arrière (&)

*Styling: BODY ROLL de la poitrine vers le bas pendant ces 2 Rock Steps.*

## 9-16 SWEEP L DIAGONALLY R, L ROCKS, R SIDE ROCK CROSS, ¼ R X 2, L ROCKS WITH BODY ROLLS

- 1 – 2&3 Revenir sur PD avant avec SWEEP PG sur diagonale D **7H30** (1) - ROCK STEP PG avant (2) - revenir sur PD arrière (&) - revenir sur PG avant (3)
- 4&5 **1/8 de tour à G ... 6H SIDE ROCK CROSS D**: ROCK STEP latéral D côté D (4) - revenir sur PG côté G (&) - CROSS PD devant PG (5)
- 6& **¼ de tour à D ... pas PG arrière D 9H** (6) - **¼ de tour à D ... pas PD côté D 12H** (&)
- 7&8 CROSS ROCK PG légèrement devant PD (7) - revenir sur PD arrière (&) - revenir sur PG avant (8) ...  
*Styling: BODY ROLL de la poitrine vers le bas pendant ces 2 Rock Steps.*

## PARTIE C: 32 temps Funky/2 murs (La partie C commence toujours face à 12H et se fat toujours 2 fois de suite)

### 1-8 OUT RL, CENTRE, FWD L, R SWIVEL UP, RETURN, BOUNCE SIDE/BACK/SIDE, FWD R & OPEN BODY

- 1&2& Pas PD côté D "OUT" (1) - pas PG côté G "OUT" (pieds APART) (&) - pas PD au centre "IN" (2) - pas PG avant (&)
- 3 – 4 Pas PD avant ... SWIVEL des 2 talons côté D en vous élevant sur les pointes de pied en même temps (3) - SWIVEL des 2 talons pour les ramener à leur place initiale ... *prendre appui sur PG arrière 12H* (4)
- 5 – 8 ROCK STEP latéral D côté D (5) - revenir sur PG côté G (&) - ROCK STEP PD arrière (6) - revenir sur PG avant (&) - ROCK STEP latéral D côté D (7) - revenir sur PG avant (&) - pas PD avant (&)
- Styling: pour le compte 8: ouverture du corps à D de sorte que vous croiserez légèrement le PD devant le PG lorsque vous ferez le pas PD avant, tout en regardant par-dessus l'épaule D.*  
*Note: pendant les 4 rocks essayer de faire un petit rebond sur les genoux lorsque vous ferez vos pas.*

### 9-16 WALK LRL FWD, TOGETHER WITH R, WALK LR BACK, BALL BACK ROCK

- 1 – 2 **2 pas avant**: pas PG avant (1) - pas PD avant (2) (*Note traductrice: déplacement en direction de 12H mais corps orienté face à 1H30*)  
... *Styling: amener les 2 bras devant soi, bras D croisé par-dessus bras G (1) - tendre les bras de chaque côté + SNAP* (2)
- 3 – 4 *Se repositionner face à 12H* ... pas PG avant (3) - pas PD à côté du PG (4)  
... *Styling: Pousser bras et mains en avant et vers le haut, au niveau du visage, paumes face à soi (3) - retourner les mains de sorte que les paumes se retrouvent face à l'avant, doigts pointés vers le haut (4)*
- 5 – 6 **2 pas arrière**: pas PG arrière (5) - pas PD arrière (6)  
... *Styling: laisser tomber les bras sur le compte (5)*
- &7 – 8 Petit pas PG arrière (&) - ROCK STEP PD arrière (7) - revenir sur PG avant (8)  
*\* Restart: quand vous faites la partie C pour la 5ème fois, la musique change. Restart ici, face à 12H.*

### 17-24 STEP R FWD & HAND CLAPS, PUSH L TO L SIDE WITH DRAG, CHUG ¾ L

- 1&2 Pas PD avant en faisant un **SLAP** main D sur cuisse D et placer main G au-dessus de cuisse D, paume face au sol (1) - **SLAP** paume main G avec dos de main D (&) - **SLAP** à nouveau sur hanche D (2)
- 3 – 4 Grand pas PG côté G en baissant les bras et pousser main et bras D côté D (3) - DRAG PD vers PG (4)
- 5 – 8 **Réaliser 4 « CHUG » en faisant ¾ de tour à G**: Baisser bras D en faisant un 1<sup>er</sup> CHUG = ROCK PD côté D tout en commençant à faire ¾ de tour à G (5) - revenir appui PG (&) - continuer en répétant 3 fois le CHUG précédent et terminer le ¾ de tour à G en appui sur PG **3H** (6) (&) (7) (&) (8) (&)

### 25-32 HEEL GRIND ¼ R, L SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, VINE R WITH BIG STEP R, SLIDE TOGETHER

- 1 – 2& **HEEL GRIND D**: CROSS talon PD devant PG (*appui talon PD, pointe « IN »*) (1) - **GRIND** talon D **¼ de tour à D** (*talon D écrasant le sol*) en faisant pivoter pointe PD de G à D « OUT » **6H** ... ROCK STEP latéral G côté G (2) - revenir sur PD côté D (&)
- 3&4 **CROSS TRIPLE G vers D**: CROSS PG devant PD (3) - petit pas PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (4)
- 5 – 6 **VINE à D**: pas PD côté D (5) - CROSS PG derrière PD (6) ...  
*Styling: TOUCH épaule G avec main D et épaule D avec main G (5) - TOUCH épaule G avec main G et épaule D avec main D (6)*
- 7 – 8 ... **Grand pas PD côté D** (7) - pas PG à côté du PD ()  
... *Styling: pousser les mains vers le bas (7) - pousser les mains sur les côtés (8) ... puis les laisser tomber à nouveau*

#### \*\*2 Restarts:

- Restart 1 pendant la 3ème fois que vous dansez la partie A, après 8 comptes, face à 12H.**  
**Restart 2 pendant la 5ème fois que vous dansez la partie C, après 16 comptes, face à 12H.**

**Déroulement des séquences: ABCC, ABCC, A\*8 comptes, ABC\*16 comptes, C.**

**FIN: Faites votre dernière partie C jusqu'au compte 31 (vous êtes alors face à 6H). A la place de faire pas PG à côté du PD (compte 32), faites TOUCH PG derrière PD puis UNWIND ½ tour à G pour faire face à 12H, et terminer par pas PG côté G.**

**Source:** Copperknob. **Traduction et mise en page:** **HAPPY DANCE TOGETHER** Octobre 2017  
<https://youtu.be/qGiieFVKOhQ>

Bellegarde-en-Forez 42210 [lenid.baroin@wanadoo.fr](mailto:lenid.baroin@wanadoo.fr) <http://www.happy-dance-together.com/>  
Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.