



« PERFECT »

Danse en ligne spécialement créée pour Handiline

Chorégraphe : Christiane FAVILLIER – (France) 07.2009

Niveau : Débutant (1 an de danse) – 1 mur - 48 temps – 1 tag – 1 restart -

Musique : « Perfect » by Sarah Evans – album : Restless

Intro musicale : 32 temps

1 à 32 - STEP BACKWARD, POINT BACK R, HALF TURN R, STEP L ¼ TURN R (X4)

1 2 3 4 Reculer PD, reculer PG, reculer PD, reculer PG

5 6 Pointer PD derrière PG et faire un demi tour à droite

7 8 Avancer PG et faire ¼ de tour à D

(refaire la même chose sur trois fois 8 temps vous aurez fait un carré et serez

Revenu sur le mur de départ à 12H00)

33 à 48 - SLIDES SIDE R & L, HOLD, SLIDE BACKWARD, SLIDE FORWARD, CLAPS

1 2 3 4 PD à droite, laisser glisser la jambe gauche en la ramenant vers le PD, pause & taper dans les mains

5 6 7 8 PG à gauche, laisser glisser la jambe D en la ramenant vers le PG, pause & taper dans les mains

1 2 3 4 Reculer la jambe D, laisser glisser la jambe G en la ramenant vers le PD, pause & taper dans les mains

5 6 7 8 Avancer la jambe G, laisser glisser la jambe D en la ramenant vers le PG, pause & taper dans les mains

Souriez & recommencez !!

TAG fin du 2^{ème} mur

1 à 8 - STEP SIDE R, L, LEGS FOLD, SHIMMY, HOLD

1 2 3 4 Poser PD à droite, plier les jambes et remuer les épaules et les hanches on fini PDC à D, pause, PG légèrement pointé (PDC à D)

5 6 7 8 Poser PG à gauche, plier les jambes et remuer les épaules et les hanches on fini PCD à G, pause, PD légèrement pointé (PDC à G)

RESTART : (fin du 5^{ème} mur) on fait les 40 premiers comptes(jusqu'au slides D et G) et on reprend la danse du début

Détails des MURS (pour plus de compréhension)

1^{er} MUR : Départ 12H00 arrivée 12H00 (48 T)

2^{ème} MUR : Départ 12H00 arrivée 12H00 (48 T)

1^{er} TAG (8 temps)

3^{ème} MUR : départ 12H00 arrivée 12H00 (48T)

4^{ème} MUR : départ 12H00 arrivée 12H00

5^{ème} MUR : départ 12H00 arrivée 12H00 (on ne fait que les 40 Temps- & reprendre début de danse)

RESTART

6^{ème} MUR : départ 12H00 arrivée 12H00 (48 Temps)

7^{ème} MUR : Départ 12H00 arrivée 12H00 (48 Temps)

8^{ème} MUR : Départ 12H00 arrivée 12H00 (40 temps)

La danse se finit sur les deux premiers slides D et G !!

Fiche originale de la Chorégraphe

Christiane FAVILLIER

www.badgirlsdancers.fr