Lay You Down Easy (fr)

Compte: 32 **Mur:** 2 **Niveau:** Novice
Chorégraphe: Suzi Beau (ENG) - Juin 2016
Musique: Lay You Down Easy - MAGIC & Sean PAUL - BPM 90

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 6 / 2016
Chorégraphies en français, site : http://www.speedirene.com

Introduction : 8 temps, commencez à danse sur les mots “I know you don’t believe me”

RIGHT COASTER STEP, STEP ¼ CROSS, CHASSÉ RIGHT, BACK ROCK SIDE

1&2	COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant
3&4	pas PG avant - 1/4 de tour PIVOT vers D (appui PD) - CROSS PG devant PD
5&6	SHUFFLE D latéral : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD côté D
7&8	ROCK STEP G arrière , revenir sur D avant - pas PG côté G

BEHIND ¼ LEFT FORWARD, LEFT SHUFFLE, RIGHT MAMBO KICK BACK KICK BACK

1&2	BEHIND-1/4 TURN-STEP : CROSS PD derrière PG - 1/4 de tour G . . . . pas PG avant - pas PD avant
3&4	SHUFFLE G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant
5&6	MAMBO STEP D avant syncopé : ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière - pas PD arrière
&7	KICK PG avant - pas PG arrière
&8	KICK PD avant - pas PD arrière

COASTER ¼ RIGHT MAMBO ½ TURN ¾ RIGHT CROSS SHUFFLE

1&2	COASTER STEP G : reculer BALL PG - 1/4 de tour D . . . reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant
3&4	ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière - 1/2 tour D , sur BALL PG . . . . pas PD avant
5.6	1/2 tour D . . . . pas PG arrière - 1/4 de tour D . . . . pas PD côté D
7&8	CROSS SHUFFLE G vers D : CROSS PG devant PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD

BUMP & SIDE, SAILOR STEP, TOUCH BEHIND UNWIND, SHUFFLE ½ HITCH

1&2	pas PD côté D . . . . HIPS à D ☐ " UP " - HIPS à G ☐ - HIPS à D ☐ (appui PD)
3&4	SAILOR STEP G : CROSS BALL PG derrière PD - pas BALL PD côté D - pas PG côté G
5.6	TOUCH pointe PD arrière - UNWIND . . . . 1/2 tour D (appui PD)
7&8	SHUFFLE G , 1/2 tour D : 1/4 de tour D . . . . pas PG côté G - pas PD à côté du PG . . . . . 1/4 de tour D . . . . pas PG arrière
&	HITCH genou D devant