

# Lo Mejor (fr)

拍數: 64      牆數: 4      級數: Intermédiaire  
編舞者: Gregory Danvoie (BEL) & Mike Liadouze (FR) - Mai 2023  
音樂: SIMPLY THE BEST - Black Eyed Peas, Anitta & El Alfa



## Introduction : 16 comptes

### [1-8] WALK FWD x2, MAMBO FWD, ½ L WALK FWD x2, MAMBO ¼ L

1-2 Pas PD avant, Pas PG avant  
3&4 Rock PD avant, Revenir appui PG arrière, ¼ à G... Pas PD arrière (9:00)  
5-6 ¼ à G... Pas PG avant, Pas PD avant (6:00)  
7&8 Rock PG avant, Revenir appui PD arrière, ¼ à G... Pas PG côté (3:00)

### [9-16] CROSS, HOLD, SIDE, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK, BALL STEP ¼ R, STEP FWD

1-2 Cross PD devant PG, HOLD  
&3&4 Pas PG côté, Cross PD devant PG, Pas PG côté, Cross PD devant PG  
5-6 Rock PG côté, Revenir appui PD côté  
&7-8 Pas PG ensemble, ¼ à D... Pas PD avant, Pas PG avant (6:00)

### [17-24] STEP FWD, PONY STEP FWD, CROSS ROCK, SWEEP ¼ L, SAILOR CROSS

1-2 Pas PD avant, Pas PG ensemble avec Hitch genou D  
&3-4 Pas PD avant, Pas PG ensemble avec Hitch genou D, Pas PD avant  
5-6 Cross rock PG devant PD, Revenir appui PD arrière avec Sweep PG arrière  
7&8 ¼ à G... Pas PG arrière, Pas PD ensemble, Cross PG devant PD (3:00)

### [25-32] MAMBO SIDE x2, SYNCHOPATED ROCKING CHAIR ¼ L, STEP ½ L w/ FLICK

1&2 Rock PD côté, Revenir appui PG côté, Pas PD ensemble  
3&4 Rock PG côté, Revenir appui PD côté, Pas PG ensemble  
5&6& ⅙ à G... Rock PD avant, Revenir PG arrière, ⅙ à G... Rock PD arrière, Revenir PG avant (12:00)  
7-8 Pas PD avant, ½ à G... Pas PG avant avec Flick PD arrière (6:00)

### [33-40] (WALK FWD x2, SHUFFLE FWD) x2 IN A CIRCLE ¾ L

1-2 ⅙ à G... Pas PD avant, ⅙ à G... Pas PG avant (3:00)  
3&4 ⅙ à G... Pas PD avant, Pas PG ensemble, ⅙ à G... Pas PD avant (12:00)  
5-6 ⅙ à G... Pas PG avant, ⅙ à G... Pas PD avant (9:00)  
7&8 Pas PG avant, Pas PD ensemble, Pas PG avant

### [41-48] (CROSS, POINT SIDE, CROSS SAMBA TOGETHER ⅙ L) x2

1-2 Cross PD devant PG, Touch pointe G côté  
3&4 ⅙ à G... Cross PG devant PD, Pas PD côté, Pas PG ensemble (7:30)  
5-6 Cross PD devant PG, Touch pointe G côté  
7&8 ⅙ à G... Cross PG devant PD, Pas PD côté, Pas PG ensemble (6:00)

### [49-56] PRESS FWD, HOLD, HIP ROLL, STEP BACK POPPING KNEES x3, HOLD

1-2 Press plante D avant, HOLD  
3-4 Roule hanche D sens horaire  
5-6 Pas PD arrière avec Pop genou G, Pas PG arrière avec Pop genou D,  
7-8 Pas PD arrière avec Pop genou G, HOLD

### Option : BATUCADAS sur 5-6-7

### [57-64] POINT FWD, POINT SIDE, SAILOR STEP, CROSS ROCK, SWEEP ¼ R ROCK BACK w/ KICK

1-2 Touch pointe G avant, Touch pointe G côté

3&4            Cross PG derrière PD, Pas PD côté, Pas PG côté  
5-6            Cross rock PD devant PG, revenir PG arrière avec Sweep PD arrière  
7-8            ¼ à D... Rock PD arrière avec Kick PG avant, Revenir appui PG avant (9:00)

**Amusez-vous bien !!!**

**Dernière modification : 31/05/2023**

**Email : [mike.liadouze@gmail.com](mailto:mike.liadouze@gmail.com)**

**[gregoire18@hotmail.com](mailto:gregoire18@hotmail.com)**

---