



Z DANCE 974

- Musique** "Z Dance" by Collectif Métissé – 128 BPM
Single "Z Dance", piste 1
- Chorégraphe** « La Goyave de France » alias David Linger – France – décembre 2012
- Type** Contra Line Dance, 2 murs, 32 temps, 32 pas, *sans Tag, sans Restart et non phrasée...*
- Niveau** Débutant
- Position** Les colonnes impaires face à 6h, les colonnes paires face à 12h.
La colonne 1 danse avec la colonne 2, la 3 avec la 4, etc.. Vous avez un partenaire sur votre droite et danserez toujours en sa compagnie... Bon Chaaance !!!

Spécialement chorégraphiée pour le Club « 3 Mares Danse » du Tampon (La Réunion 974)

Démarrage de la danse : intro parlée de 2x8 temps, sur la lettre « B » du mot Z U M B A à 7 secondes...

3 Walks Forward with Hands Up, L Hitch, 3 Walks Backward, R Touch

- 1 – 3 3 pas (D-G-D) en avant (*vous vous éloignez de votre partenaire de droite*)
Style : Lever les mains et claquer les doigts au dessus de la tête sur chaque pas en avant
- 4 Hitch G
Style : Serrer les poings, les ramener à hauteur des épaules en pliant les coudes
- 5 – 8 3 pas en arrière, toucher (*tap*) D à côté de G (*vous retrouvez votre partenaire de droite*)
Option : 4 petits sauts en arrière façon Zumba Style !!!

R Vine, L Touch, L Step Forward, ½ Step Turn Right Twice

- 1 – 4 Pas D à droite, pas G croisé derrière D, pas D à droite, toucher (*tap*) G à côté de D
Note : Les colonnes 1 et 2, 3 et 4, etc se croisent (*vous passez devant votre partenaire*) et se dépassent
Option : Rolling Vine à droite
- 5 – 6 Pas G en avant, ½ tour à droite et poids du corps sur D
- 7 – 8 Pas G en avant, ½ tour à droite et poids du corps sur D
Option : Pousser le bassin en avant façon Zumba Style (*comptes 5 et 7*)

L Side, R Together, L Side, R Touch, R Side, L Touch, L Step in Place, R Touch

- 1 – 2 Petit pas G à gauche, pas D à côté de G
- 3 – 4 Petit pas G à gauche, toucher (*tap*) D à côté de G
Note : Les colonnes 1 et 2, 3 et 4, etc s'alignent et forment une seule ligne, vous vous retrouvez face à votre partenaire
- 5 – 6 Pas D à droite en fléchissant les genoux, tendre les jambes et toucher (*tap*) G sur place
- 7 – 8 Pas G sur place en fléchissant les genoux, tendre les jambes et toucher (*tap*) D sur place
Option : Mouvements de bras façon Zumba Style !!!

4 Walks with ½ Turn Right, R Rocking Chair

- 1 – 4 4 pas en tournant progressivement d'½ tour à droite
Note : Prenez le bras D de votre partenaire (*bras dessus, bras dessous*). Les colonnes impaires se retrouvent face à 12h, les paires face à 6h, vous avez pris la place de votre partenaire. Les colonnes impaires deviennent temporairement paires le temps de refaire la danse et de retrouver leur place d'origine
- 5 – 8 Pas D (*rock*) en avant, revenir sur G, pas D (*rock*) en arrière, revenir sur G
Option : Rock sauté façon Zumba Style !!!

BE COOL, SMILE & HAVE FUN !!!

www.davycountryboy.com