



# 2013/2014

## LDF (Let's Dance Forever)

Chorégraphe : [Alison Biggs & Peter Metelnick](#)

Description : 32 temps, 4 murs

Niveau : Débutant

Musique : [Boogie Shoes de Glee Cast / Outta Control \(Original Radio Edit\) par De-Lano feat Franciso](#)

**Intro** : 32 comptes

**D**=droite, **G**=gauche, **PD**=Pied droit, **PG**=Pied gauche, **PdC**=Poids du Corps

### Temps Description des pas

- 1-8 Left Right step touches (with attitude), Left side, touch Right in-out-in**  
1-2 Poser **PG** à **G**, touch **PD** près **PG**  
3-4 Poser **PD** à **D**, touch **PG** près **PD**  
*Option possible : croiser et poser pointe devant à la place des touch sur comptes 2 & 4*  
5-6 Poser **PG** à **G**, Touch **PD** près **PG**  
*Option possible : croiser **PG** devant **PD** à la place du touch sur compte 6*  
7-8 Touch pointe **PD** à **D**, touche **PD** près **PG**
- 9-16 Grapevine Right for 3, Left touch, grapevine Left with 1/4 Left turn, Right hitch or scuff**  
1-4 Poser **PD** à **D**, croiser **PG** derrière **PD**, poser **PD** à **D**, touch **PG** près **PD**  
5-6 Poser **PG** à **G**, croiser **PD** derrière **PG**  
7&8 Poser **PG** avec 1/4 de tour vers **G**, brosser **PD** vers l'avant, lever genou **D**
- 17-24 Walk fwd 3, Left touch, Boogie walks back x 4**  
1-4 Marcher **PD, PG, PD**, touch pointe PG devant  
5-8 Reculer **PG, PD, PG, PD**  
*(à chaque pas vers l'arrière pivoter le talon de pied qui est devant vers le centre façon twist)*
- 25-32 Left back to Left diagonal step touch, hip bumps, Right side step touch, hip bumps**  
1-2 Reculer **PG** dans la diagonale **G**, touch **PD** près **PG**  
3-4 Bump hanche vers **D** puis **G**  
5-6 Poser **PD** à **D**, touch **PG** près **PD**  
7-8 Bumps hanche vers **G** puis **D**  
*Option possible : doubler les bumps (3&4&) (7&8&)*  
3&4&: Bump hips **D, G, D, G**  
7&8&: Bump hips **G, D, G, D**

La danse se termine face au mur de 12 après le scuff, effectuer un beau stomp PD pour le final

Recommencer depuis le début avec le sourire !

FRENCH HONKY TONK ASSOCIATION

30, rue Rouget de l'Isle 93160 NOISY LE GRAND

☎ : 06.17.25.85.12

✉ : [frenchhonkytonk@live.fr](mailto:frenchhonkytonk@live.fr) - Site internet : [www.frenchhonkytonk.com](http://www.frenchhonkytonk.com)

Association loi 1901 enregistrée en Sous-Préfecture du Raincy le 11.01.2005 - SIRET 481.245.595.00022 - APE 923A

