

Off The Chain



Chorégraphe : Fred Whitehouse (GBR - 2014)
Niveau : Intermédiaire
Description : danse en ligne, phrasée, 64 temps, 2 murs, 1 Restart, 1 Tag (32 temps)
Phrases : A,B(restart),A,A,A,B,A,A,A,B,(TAG),B,A,A
Musique : "I Can't Believe It" (124 bpm) par Flo Rida feat. Pitbull (Single)
Démarrage : après intro de 16 temps

Partie A (32 temps)

(1 à 8) STEP HITCH X3, ¼ TURN JAZZ BOX

1-2 PD devant, Scoot avant PG avec Hich genou D
&3&4 PD à côté PG, Scoot avant PG avec Hich genou D, PD à côté PG, Scoot avant PG avec Hich genou D
5-8 PD croisé devant PG, PG à G, 1/4 tour à D avec PD à D, PG à côté PD (03:00)

(9 à 16) HIP BUMPS X2, HIP ROLLS X2

1-2 Touch pointe PD dans diagonale avant D avec Bump avant des hanches, PD à côté PG
3-4 Touch pointe PG dans diagonale avant G avec Bump avant des hanches, PG à côté PD
5-6 PD à D avec Roll des hanches de G à D (*finir le mouvement avec un léger Bump des hanches*)
7-8 PG à G avec Roll des hanches de D à G (*finir le mouvement avec un léger Bump des hanches*)

(17 à 24) SYNCOPATED WEAVE, TOUCH, ¼ TURN, ½ TURN, HOP HOP

1-2&3 PD à D, PG croisé derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD
&4 PD à D, Toucher pointe PG derrière PD (avec Snap et regard à D)
5-6 1/4 tour à G avec PG devant (12:00), 1/2 tour à G avec PD derrière (06:00)
7-8 1/4 tour à G avec Jump pieds joints (03:00), 1/4 tour à G avec Jump pieds joints (12:00)

(25 à 32) PIVOT TURN X2, JAZZ BOX ½ TURN

1-4 PD devant, 1/2 tour à G avec PdC sur PG (06:00), PD devant, 1/2 tour à G avec PdC sur PG (12:00)
5-8 PD devant, PG derrière dans diagonale G, 1/2 tour à D avec PD devant, PG à côté PD (06:00)

Partie B (32 temps à 06:00)

(1 à 8) KICK AND POINT X2, STEP ROCK RECOVER X2

1&2 Kick avant PD, plante PD à côté PG, Touch pointe PG à G
3&4 Kick avant PG, plante PG à côté PD, Touch pointe PD à D
5&6 PD croisé devant PG, Rock latéral PG à G avec PdC, retour PdC sur PD
7&8 PG croisé devant PD, Rock latéral PD à D avec PdC, retour PdC sur PG

(9 à 16) CHUG X4, STEP ROCK RECOVER X2

1-2 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D, 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D
3-4 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D, 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D
option sur ces temps 1 à 4 avec des Hips Roll sur le 1/2 tour
5&6 PD croisé devant PG, Rock latéral PG à G avec PdC, retour PdC sur PD
7&8 PG croisé devant PD, Rock latéral PD à D avec PdC, retour PdC sur PG
Restart ici sur la première partie B

(17 à 24) CHUG X4, STEP CHEST POP X2, CLOSE CHEST POP X2

1-2 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D, 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D
3-4 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D, 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D
option sur ces temps 1 à 4 avec des Hips Roll sur le 1/2 tour
5-6 PD devant avec Bump avant du torse (*pieds légèrement écartés et corps dans diagonale G*), Bump avant du torse
7-8 PG à côté PD avec Bump avant du torse, Bump avant du torse

(25 à 32) CHUG X4, STEP CHEST POP X2, CLOSE CHEST POP X2

1-2 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D, 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D
3-4 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D, 1/8 tour à G avec Stomp avant PD et Bump avant épaule D
option sur ces temps 1 à 4 avec des Hips Roll sur le 1/2 tour
5-6 PD devant avec Bump avant du torse (*pieds légèrement écartés et corps dans diagonale G*), Bump avant du torse
7-8 PG à côté PD avec Bump avant du torse, Bump avant du torse

Abréviations : PD = Pied Droit - PG = Pied Gauche - D = Droite - G = Gauche - PdC = Poids du Corps

Sources : <https://fr-fr.facebook.com/fredwhitehousedance> - <http://www.copperknob.co.uk>

Réalisation : <https://www.aboutwesternlinedance.fr>

Fiche modifiée le 05/04/2018

TAG (32 temps à 12:00)

(1 à 8) **FULL TURN LEFT CLAP, FULL TURN RIGHT CLAP**

1-4 1/4 tour à G avec PG devant, 1/2 tour à G avec PD derrière, 1/4 tour à G avec PG à G, Touch/Clap PD à côté PG (12:00)

5-8 1/4 tour à D avec PD devant, 1/2 tour à D avec PG derrière, 1/4 tour à D avec PD à D, Touch/Clap PG à côté PD (12:00)

(9 à 16) **JUMP OUT, CROSS, UNWIND, BODY ROLL X2**

1-4 Jump sur place pieds légèrement écartés, Jump en croisant PD devant PG, (sur 2 temps) Unwind 1/2 tour à G (06:00)

5-8 (sur 2 temps) Body Roll à D, (sur 2 temps) Body Roll à G (finir PdC sur PG)

(17 à 24) **SYNCOPATED WEAVE CHEST POP X2**

1-2&3 PD devant dans diagonale D, PG derrière PD, PD devant dans diagonale D, PG à côté PD

&4 Bump du torse, Bump du torse

5-6&7 PG devant dans diagonale G, PD derrière PG, PG devant dans diagonale G, PD à côté PG

&8 Bump du torse, Bump du torse

(25 à 32) **OUT, OUT, SLAP, JUMP, SHAKE**

1-4 PD à D, PG à G, Slap du sol de la main D corps penché devant, relever le corps

5-8 Jump les pieds joints, pause, Shimmy des épaules sur place (sur 2 temps)

Note : Easier than it looks, hope you all enjoy. There is also a clean cut version of this track.