

# Twist My Hips



**Chorégraphe :** Daniel Trepât (NLD - 2012)  
**Niveau :** Intermédiaire  
**Description :** danse en ligne, 32 temps, 4 murs, 1 Restart  
**Musique :** "Twist My Hips" (120 bpm) par Tim James & Nevermind  
**Démarrage :** sur les paroles après intro de 16 temps

## (1 à 8) HIP BUMPS UP WITH TURN ¼ LEFT, ROCKING CHAIR, STEP, CLOSE, SHUFFLE FORWARD

1& 1/8 tour à G avec Hitch genou D et Bump Up hanche D, pause (abaisser genou et hanche sans poser le pied)  
2& 1/8 tour à G avec Hitch genou D et Bump Up hanche D, pause (abaisser genou et hanche sans poser le pied) (09:00)  
3& Rock Step syncopé avant PD (Rock avant PD et PdC, retour PdC sur PG)  
4& Rock Step syncopé arrière PD  
5-6 PD devant, PG à côté PD  
7&8 Triple Step avant PD (PD devant, PG à côté PD, PD devant)

## (9 à 16) TURN ¼ RIGHT WITH 2 HIP BUMPS, CROSS SHUFFLE, SIDE, TOUCH, SIDE TOUCH

1&2 1/4 tour à D avec PG à G et Bump à G, Bump Up à D, Bump à G (12:00)  
&3&4 PD à côté PG, Triple Step croisé à D (PG croisé devant PD, PD à D, PG croisé devant PD)  
5-6 PD à D, Touch PG à côté PD  
7-8 PG à G, Touch PD à côté PG

**Restart ici sur le 1er mur**

## (17 à 24) CROSS, SIDE, HEEL, TOGETHER, (2X), STEP FORWARD, RIGHT HEEL OUT & BACK, LEFT HEEL OUT & BACK, POP CHEST FORWARD & BACK

1&2& PD croisé devant PG, PG à G, Touch avant talon PD dans diagonale, PD à côté PG  
3&4& PG croisé devant PD, PD à D, Touch avant talon PG dans diagonale, PG à côté PD  
5&6& PD devant, Swivel (pivot) talon PD "Out", Swivel talon PD "In", Swivel talon PG "Out"  
7&8 Swivel talon PG "In", pause avec Pop avant (gonflement) du torse, pause avec retour du torse (PdC sur PG)

## (25 à 32) COASTER STEP, MAMBO TURN ½ LEFT, ¾ TURN LEFT, SCUFF, OUT OUT

1&2 Coaster Step PD (plante PD derrière, plante PG à côté PD, PD légèrement devant)  
3&4 Rock Step syncopé avant PG (Rock avant PG avec PdC, retour PdC sur PD), 1/2 tour à G avec PG devant (06:00)  
5-6 1/2 tour à G avec PdC sur PG et PD derrière, 1/4 tour à G avec PdC sur PD et PG à G (09:00)  
7&8 Scuff avant PD, PD à D ("Out"), PG à G ("Out")

## RESTART

après le 16ème temps du 1er mur (12:00)