



# BOMSHEL STOMP

<b>FORMATION</b>	: EN LIGNE
<b>CYCLE</b>	: 48 TEMPS
<b>EXECUTION</b>	: 2 MURS
<b>NIVEAU</b>	: DEBUTANT/ INTERMEDIARE
<b>MUSIQUES</b>	: <i>Bomshel Stomp</i> (Bomshel – 120 bpm - Polka) – 3'40
<b>CHORÉGRAPHE</b>	: Jamie Marshall & Karen Hedges
<b>REDACTION</b>	: Pascale (Electric Coyote Gang © – L.D.A.)

TEMPS	PAS	PIED
<b>1 à 8</b>	<b>Hell pumps, ¼ Sailor step, Rock step, Coaster step,</b>	
1 & 2	Poser talon D dans la diagonale avant D, hitch PD & talon D dans la diagonale avant D,	D, D,
3 & 4	Croiser PD derrière PG, PG devant en effectuant ¼ de tour à G & PD côté D,	D,GD,
5 – 6	PG devant avec poids du corps, retour poids sur PD,	G, ,
7 & 8	PG derrière, PD à côté du PG & PG devant,	G,DG,
<b>9 à 16</b>	<b>Wizard steps,</b>	
1 – 2 &	PD devant dans la diagonale D, croiser PG derrière PD (lock) & PD côté D,	D,GD,
3 – 4 &	PG devant dans la diagonale G, croiser PD derrière PG (lock) & PG côté G,	G,DG,
5 – 6 &	PD devant dans la diagonale D, croiser PG derrière PD (lock) & PD côté D,	D,GD,
7 – 8	PG devant, toucher PD à côté du PG,	G,D,
<b>17 à 24</b>	<b>Step back, scoot, Coaster step, Squat with ¼ turn, Pelvis thrust with palm turned,</b>	
1 &	PD derrière & effectuer un léger saut sur PD (scoot) en levant Genou G (hitch),	D ,
2 &	PG derrière & effectuer un léger saut sur PG (scoot) en levant Genou D (hitch),	G ,
3 & 4	PD derrière, PG à côté du PD & PD devant,	D,GD,
5	Grand pas PG côté G avec genoux pliés, regard vers la D et mains sur les cuisses (Squat),	G,
6	En se redressant, effectuer ¼ de tour à D en ramenant PD à côté du PG,	D,
7 & 8	Pousser le bassin vers l'avant, vers l'arrière & vers l'avant tout en tournant les mains devant la poitrine, Variante : Vous pouvez accompagner les poussés de bassin avec la main D, bras tendu vers l'avant,	, ,
<b>25 à 32</b>	<b>Wizard steps,</b>	
1 à 8	Reprendre les comptes 9 à 16,	
<b>33 à 40</b>	<b>Stomp back – hold, Roll, Step x 3,</b>	
1 – 2	Stomp PD derrière sur le côté D, pause,	D,-,
3 – 4	Stomp PG derrière sur le côté G, pause,	G,-,
5 – 6	Rouler les hanches de la D vers la G, en finissant poids sur PG et en touchant PD à côté du PG, Variante : au 6ème temps, vous pouvez effectuer un petit saut pour ramener les 2 pieds au centre,	,D,
7 & 8	Effectuer 3 petits pas vers l'avant, D,G,D,	D,GD,
<b>41 à 48</b>	<b>Step ½ turn, Hip bumps, Step forward, ½ turn, ½ turn.</b>	
1 – 2	PG devant, effectuer ½ tour à D (Poids sur PG),	G, ,
3 & 4 &	Pousser les hanches à D & à G, à D & à G,	, ,
5 – 6	PD devant, effectuer ½ tour à D avec PG derrière,	D,G,
7 – 8	Effectuer ½ tour à D avec PD devant, ramener PG à côté du PD.	D,G.
	<b>TAGS</b>	
<b>Tag 1</b>	<i>A la fin du 2ème mur, (12h00), reprendre les 16 derniers comptes de la danse.</i>	
<b>Tag 2</b>	<i>A la fin du 6ème mur, (12h00), au moment de la sirène (2 x 8 temps), les danseurs peuvent se déplacer à leur gré et viennent se replacer sur les 4 derniers temps, (en position 6h00), puis reprennent le début de la danse.</i>	
<b>Tag 3</b>	<i>A la fin du 8ème mur, (6h00), répéter les 16 derniers comptes de la danse pour finir de face (12h00).  Suggestion : Vous pouvez finir la danse avec talon D dans la diagonale D et bras croisés.</i>	
<b><i>Cette danse, c'est de la dynamite !</i></b>		