



SUNSHINE POLKA

CHOREGRAPHE : Jan Smith

MUSIQUE : Hearts And Flowers by Dave Sheriff [120 bpm]

TYPE DE DANSE: 32 temps, partenaire intermédiaire

NIVEAU : intermédiaire

Position: SIDE BY SIDE. Les pas de la femme sont opposés à ceux de l'homme.
Commencer à danser avec le chant

HOMME

CHASSÉ DROIT, CHASSÉ GAUCHE

1&2 Chassé avant D G D (corps orienté à G)

3&4 Chassé avant G D G (corps orienté à D)

CHASSÉ DROIT, CHASSÉ GAUCHE

5&6 Chassé avant D G D (corps orienté à G)

7&8 Chassé avant G D G (corps orienté à D)

STEP TURN GAUCHE, ¼ GAUCHE PAS CHASSE

1-2 Pas avant D, pivot ½ tour G (lâcher les mains)

3&4 Chassé coté D G D avec Pivot ¼ de tour sur le premier pas (reprendre les mains face à face)

CROISER DERRIERE, POINTE A DROITE.

CROISER DEVANT, POINTE A GAUCHE

5-6 Croiser G derrière D , pointer pied D sur coté

7-8 Croiser D devant G, pointer pied G sur le coté

PAS DE POLKA A DROITE X3, (1 TOUR

COMPLET), MARCHE, MARCHE

3 chassés pour un tour complet (position CLOSE)

1&2 Chassé coté en tournant G D G

3&4 Chassé coté en tournant D G D

5&6 Chassé coté en tournant G D G

7-8 Marche droit, marche gauche (face LOD side by side)

CROISER DERRIERE, STEP SUR LE COTE, HEEL

TOUCH, STEP DROIT

1-2 Croiser D derrière G, poser G sur la gauche

3-4 Toucher talon D devant, ramener D à coté G

TOUCH, KICK, STEP BACK, HOOK

5-6 Pointer G à coté D, Kick gauche devant

7-8 Poser G, Hook D devant G

FEMME

CHASSÉ GAUCHE, CHASSÉ DROIT

1&2 Chassé avant G D G (corps orienté à D)

3&4 Chassé avant D G D (corps orienté à G)

CHASSÉ GAUCHE, CHASSÉ DROIT

5&6 Chassé avant G D G (corps orienté à D)

7&8 Chassé avant D G D (corps orienté à G)

STEP TURN DROIT, ¼ DROIT PAS CHASSE

1-2 Pas avant G, pivot ½ tour D (lâcher les mains)

3&4 Chassé coté G D G avec Pivot ¼ de tour sur le premier pas (reprendre les mains face à face)

CROISER DEVANT, POINTE A GAUCHE.

CROISER DERRIERE, POINTE A DROITE

5-6 Croiser D devant G , pointer pied G sur coté

7-8 Croiser G derrière D, pointer pied D sur le coté

PAS DE POLKA A DROITE X3, (1 TOUR

COMPLET), MARCHE, MARCHE

3 chassés pour un tour complet (position CLOSE)

1&2 Chassé coté en tournant D G D

3&4 Chassé coté en tournant G D G

5&6 Chassé coté en tournant D G D

7-8 Marche gauche , marche droit (Face LOD side by side)

CROISER DERRIERE, STEP SUR LE COTE, HEEL

TOUCH, STEP DROIT

1-2 Croiser G derrière D, poser D sur la droite

3-4 Toucher talon G devant, ramener G à coté D

TOUCH, KICK, STEP BACK, HOOK

5-6 Pointer D à coté G, Kick droit devant

7-8 Poser D, Hook G devant D

RECOMMENCER AU DEBUT AVEC LE SOURIRE