



ELECTRO SHAKE!

Chorégraphe: Jamie Barnfield (mars 2026)

Line dance : 32 Temps – 4 murs

Niveau : Novice – 3Tag, Pas de Restart

Musique: Shake Your Ass - VMusic

Traduit et Préparé par Geneviève (avril 2026)

Introduction: 32 comptes.

Section 1: Side, Cross, Side, Cross, Modified Charleston Step

1-2 Pas du PD à D, pas du PG croisé devant le PD,

3-4 Pas du PD à D, pas du PG croisé devant le PD,

Sur les comptes 1 à 4, tourner le corps en diagonale D

5-6 Touche la pointe du PD à l'avant, pas du PD à l'arrière,

7-8 Touche la pointe du PG à l'arrière, frotte la plante du PG à côté du PD en levant le genou G et en faisant un léger Rondé pour redresser face à 12h00,

Section 2: Rolling Grapevine Left, V-Shape

1-2 ¼ tour à G et pas du PG à l'avant, ½ tour à G et pas du PD à l'arrière, **(3h00)**

3-4 ¼ tour à G et pas du PG à G, touche la pointe du PD à côté du PG, **(12h00)**

5-6 Pas du PD en diagonale avant D, pas du PG en diagonale avant G,

7-8 Pas du PD à l'arrière et au centre, pas du PG à côté du PD,

Section 3: Twist, Hitch, ½, Hitch, Side, Cross, Back, Side

1-2 Pivot le talon des deux pieds vers la G, Lève le genou D, **(1h30)**

3-4 Pas du PD à D et redressant face à 12h00, ½ tour à G en levant le genou G, **(6h00)**

5-6 Pas du PG à G, pas du PD croisé devant le PG,

7-8 Pas du PG à l'arrière, 1/8 tour à D et pas du PD à l'avant, **(7h30)**

Section 4: Step, Charleston Step, Hitch/Hip Bump x3

1-2 Pas du PG à l'avant, touche la pointe du PD à l'avant,

3-4 Pas du PD à l'arrière, touche la pointe du PG à l'arrière,

5-8 Pas du PG à l'avant, lève le genou D et soulève la hanche 3 fois pour faire un 3/8 de tour sur la G, **(3h00)**

Option plus simple pour les comptes 6,7,8 : Paddle Turn 3/8 tour à G

TAGS :

A la fin des murs 1 (qui commence face à 12h00 et se termine face à 3h00) et 4 (qui commence face à 9h00 et se termine face à 12h00), ajouter les 16 comptes suivants

T1 : Step Right, Drag Left, Step Left, Drag Right

- 1-4 Grand pas du PD à D, glisse le PG vers le PD sur 3 comptes,
- 5-8 Grand pas du PG à G, glisse le PD vers le PG sur 3 comptes,

T2 : Sway Hips To Right, Sway Hips To Left, Sway Hips Right, Left, Right, Left

- 1-2 Pas du PD à D et bascule les anches vers la D sur 2 comptes,
- 3-4 Pas du PG à G et bascule les hanches vers la G sur 2 comptes,
- 5-8 Bascule les hanches vers la D, vers la G, vers la D, vers la G (Pdc sur le PG)

A la fin du mur 8 (qui commence face à 9h00 et se termine face à 12h00), danser uniquement les 8 derniers comptes ci-dessus (Section Té : Sway Hips)

Et reprendre la danse au début

FIN DE LA DANSE :

Durant le mur 11 (qui commence face à 6h00), danser jusqu'au compte 7 de la section 4 puis pas du PD à D en poussant les hanches vers la D, face à 12h00.

Note : Durant le mur 6, la musique change et vous pourrez vous sentir en décalage. Continuer à danser, il n'y a pas de problème.

AMUSEZ-VOUS !!