



# TWIST MY HIPS



**Chorégraphe :** Daniel TREPAT Hollande Décembre 2012

**Niveau :** Intermédiaire facile

**Descriptif :** Danse en ligne - 4 murs - 32 temps - Sens de rotation de la danse : CCW

**Musique :** Twist My Hips Tim James & Nevermind BPM 120



**Introduction:** 16 temps

## 1-8 HIP BUMPS UP WITH ¼ TURN L, ROCKING CHAIR, STEP, CLOSE, SHUFFLE FWD

- 1& 1/8 de tour à G ... élever genou D et hanche D en même temps (HIP BUMP « UP ») (1) - abaisser genou et hanche (&) 10H30  
2& 1/8 de tour à G ... élever genou D et hanche D en même temps (HIP BUMP « UP ») (2) - abaisser genou et hanche (&) 9H  
3& ROCK STEP D avant (3) - revenir sur PG arrière (&) ] ROCKIN  
4& ROCK STEP D arrière (4) - revenir sur PG avant (&) ] CHAIR  
5-6 Pas PD avant (5) - pas PG à côté du PD (6)  
7&8 TRIPLE STEP D avant : pas PD avant (7) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (8)

## 9-16 ¼ TURN R WITH 2 HIP BUMPS, CROSS SHUFFLE, SIDE, TOUCH, SIDE TOUCH

- 1&2 ¼ tour à droite ... pas PG côté G avec HIP BUMP côté G (1) - élever hanche D (&) - HIP BUMP côté G (2) 12H  
& SWITCH : pas PD à côté du PG (&) 12H  
3&4 CROSS TRIPLE G vers D : CROSS PG devant PD (3) - petit pas PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (4)  
5-6 Pas PD côté D (5) - TOUCH PG à côté du PD (6)  
7-8 Pas PG côté G (7) - TOUCH PD à côté du PG (8) \*  
*Restart pendant le 1<sup>er</sup> mur*

## 17-24 CROSS, SIDE, HEEL, TOGETHER, (X2), STEP FWD, R HEEL OUT & BACK, L HEEL OUT & BACK, POP CHEST FWD & BACK

- 1&2& CROSS PD devant PG (1) - pas PG côté G (&) - TAP talon D sur diagonale avant D ↗ (2) - pas PD à côté PG (&)  
3&4& CROSS PG devant PD (3) - pas PD côté D (&) - TAP talon G sur diagonale avant G ↖ (4) - pas PG à côté PD (&)  
5&6& Pas PD avant (5) - SWIVEL talon PD côté D (&) - talon PD revient au centre (6) - SWIVEL talon PG côté G (&)  
7&8 Talon PG revient au centre (7) - « POP CHEST » mouvement du torse avant (&) - arrière (8) (*appui arrière, sur PG*)

## 25-32 COASTER STEP, MAMBO ½ TURN L, ¾ TURN L, SCUFF, OUT OUT

- 1&2 COASTER STEP D : reculer BALL PD (1) - reculer BALL PG à côté du PD (&) - pas PD avant (2)  
3&4 MAMBO G ½ tour : ROCK STEP PG avant (3) - revenir sur PD arrière (&) - ½ tour à G ... pas PG avant (4) 6H  
5-6 ½ tour à G ... pas PD arrière (5) - ¼ tour à G ... pas PG côté G (6) 9H  
7&8 SCUFF PD (7) - pas PD côté D (&) - pas PG côté G (8)

1 restart pendant le 1<sup>er</sup> mur, après les 16 premiers temps de la danse (face à 12H).

**Source:** Fiche du chorégraphe. **Mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Mai 2013  
[lenid.baroin@wanadoo.fr](mailto:lenid.baroin@wanadoo.fr) <http://www.happy-dance-together.com/>

Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.