



# EASY APPLE JACK

**CHOREGRAPHE :** Séverine Fillion  
**MUSIQUE :** One step at a time" Buddy Jewell  
**TYPE DE DANSE:** Ligne, 32 temps, 2 murs - tags  
**NIVEAU :** Intermédiaire

## **1 - 4 Heel switch – side toe switch**

1& Touch talon D devant – un pas PD à côté du PG  
2& Touch talon G devant – un pas PG à côté du PD  
3& Touch pointe PD côté D – un pas PD à côté du PG  
4& Touch pointe PG côté G – un pas PG à côté du PD

## **5 – 8 Kick ball toe touch – side toe touch – Knee roll with ¼ turn Right**

5& Kick PD devant – un pas PD à côté du PG  
6&7 Touch pointe PG côté G – un pas PG à côté du PD - Touch pointe PD côté D  
&8 Rouler le genoux D vers l'intérieur (&) – pousser le genoux D vers l'extérieur en effectuant un ¼ de tour vers la droite.

## **9 – 12 Kick ball stomp – Heel swivell**

9& 10 Kick PD devant – ramener le PD à côté du PG - stomp PG devant le PD  
11&12 Pivoter les talons OUT – IN – OUT

## **13 – 16 Kick ball toe touch – side toe touch – Knee roll with ¼ turn Right**

13& Kick PD vers l'avant – un pas PD à côté du PG  
14&15 Touch pointe PG côté G – un pas PG à côté du PD – Touch pointe PD côté D  
&16 Rouler le genoux D vers l'intérieur (&) pousser le genoux D vers l'extérieur en effectuant un ¼ de tour vers la droite.

## **17 – 20 Hook – Right Shuffle forward – Right Full turn**

&17&18 Hook : croiser le PD devant le tibia G (&) shuffle D vers l'avant (D-G-D)  
19-20 Step G arrière avec ½ tour vers la D – step D avant en faisant un ½ tour vers la D

## **21 – 24 Left Shuffle forward – R scuff/ hitch - R stomp - L stomp**

21&22 Shuffle G vers l'avant (G-D-G)  
23&24 Scuff / hitch D - stomp D – stomp G sur place

## **25 – 28 Applejacks (mouvement des pieds sur place)**

25 poids sur le talon G et sur la pointe D tourner pointe G et talon D à gauche (position en V)  
& Ramener pointe G et talon D au centre  
26 Poids sur le talon D et sur la pointe G tourner pointe D et talon G à droite (position en V)  
& Ramener les pieds ensemble au centre  
27&28& recommencer les comptes 25 & 26

## **29 – 32 Step back / heel ball stomp – Hip bump**

29&30 petit pas D en arrière avec talon G devant - ramener PG à côté du PD - Stomp PD devant  
31&32 Hip bump : balancement des hanches vers l'avant, arrière, avant.

**TAG : 4 temps à la fin des murs 2 – 4 et 5 (pour la musique de Buddy Jewell)**

## **33 – 36 Paddle ¼ turn Left x 4 (full turn)**

Touch PD sur la droite, sans le poids du corps, en effectuant un ¼ de tour vers la Gauche en appui sur le PG. Et cela 4 fois pour faire un tour complet sur place.

**RECOMMENCER AU DEBUT AVEC LE SOURIRE**