



# BARE ESSENTIALS

**CHOREGRAPHE :** Carly Dimond (Australie)  
**MUSIQUE :** Bar Essentials (Lee Kernaghan) 170  
**TYPE DE DANSE:** Ligne, 4 murs, 64 temps  
**NIVEAU :** Intermédiaire

## **1 – 8 Forward Hip Bumps, Back Hip Bumps, Hips Right-Right-Left-Right**

1 & 2 PD devant diagonale droite et double hip bumps à droite (D & D)  
3 & 4 Double Hips Bumps à gauche (G & G)  
5 – 6 -7 -8 Bumps (D, G, D, D, G)

## **9-16 2x : Touch Back, Hold, 1/4 turn, Hold**

1-2-3-4- Toucher la pointe droite derrière, Pause, 1/4 tour à droite, Pause  
5-6-7-8 Toucher la pointe droite derrière, Pause, 1/4 tour à droite, Pause

## **17-24 Step, Lock, Step, Scuff, Step 1/2 turn, Stomp, Stomp Up**

1-2-3-4 Pas D devant, Lock PG derrière le PD, pas D devant, Scuff PG  
5 – 6 Pas gauche devant, 1/2 tour à droite et PD devant  
7 – 8 Stomp PG devant, Stomp up PD

## **25-32 Stomp, Hold, Slow 1/4 turn**

1-2-3-4 Stomp PD devant , Pause (2-3-4)  
5-6-7-8 Tourner lentement 1/4 de tour à gauche en pliant les genoux

## **33 – 40 Side strut, Cross strut, Side strut, Cross Strut**

1-2-3-4 Strut PD à droite (Pointer, Poser), Strut PG croisé devant (Pointer, Poser)  
5-6-7-8 Strut PD à droite (Pointer, Poser), Strut PG croisé devant (Pointer, Poser)

## **40– 48 Side Rock, Cross, Side, Behind, 1/4 turn, Step 1/4 turn**

1-2 Rock step PD à droite, Revenir sur le PG  
3-4-5 PD croisé devant, Pas G à Gauche, PD croisé derrière  
6-7-8 1/4 tour à gauche et PG devant, Pas D devant, 1/4 tour à gauche et PG à gauche

## **48– 56 Kick, Kick, Slap, Step, Kick, Kick, Slap , Step**

1- 2 Kick PD devant, Kick PD à droite  
3 – 4 Hook PD derrière la jambe G et Slap avec la main G, PD à côté du PG  
5 – 6 Kick PG devant, Kick PG à gauche  
7 – 8 Hook PG derrière la jambe D et slap PG avec la main D, PG à côté du PD

## **57– 64 Behind, Hold, Point, Hitch, Point, Hitch**

1 Toucher la Pte D croisé derrière (mains croisées devant la poitrine)  
2-3-4 Tourner la tête à gauche et pause  
5 – 6 Toucher la Pte D à droite, Hitch PD (click)  
7 – 8 Toucher la Pte D à droite, Hitch PD (click) Toucher

**RECOMMENCER AU DEBUT AVEC LE SOURIRE**