

# Strummingbird

Musique One More (James JOHNSTON) 122 bpm

Intro 16 temps

Chorégraphe Maddison GLOVER (octobre 2025)

Vidéos Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/@lillywest>

Type 32 temps, 4 murs, Polka, Grand Débutant

Particularités 0 Tag, 0 Restart 😊



Termes **Snap** (1 temps) : Cliquer des doigts (une ou deux mains).

- Vine D** (4 temps) :
1. Pas D à D,
  2. Croiser G derrière D,
  3. Pas D à D,
  4. Brush G ou Scuff ou Hitch, etc ...

**Touch** (1 temps) : Poser la plante du pied indiqué à côté du pied d'appui  
(sans transfert du Poids Du Corps).

**Hip Bump** (1 temps) : Pousser les hanches dans la direction indiquée.

**Flick** (1 temps) : Coup de Pied en arrière, Genou libre plié mais Pointe tendue.

- Heel Strut** (2 temps) :
1. Poser le talon du pied indiqué dans la direction indiquée,
  2. Poser le reste du pied + Transférer le PdC sur ce pied.

## Section 1 : R Side, L Side Toe, L Side, R Side Toe, R Vine with Touch,

- 1 Pas D à D + Légèrement plier les genoux + Option : Balancer les hanches à D, 12:00  
2 Pointe G à G (buste tourné légèrement à G),  
+ Option : **Snap** de la Main D devant les yeux ou toucher son chapeau,  
3 Pas G à G + Légèrement plier les genoux + Option : Balancer les hanches à G,  
4 Pointe D à D (buste tourné légèrement à D)+ Option : **Snap** Main G devant yeux ou toucher chapeau,  
5–6–7–8 **Vine D** (5 - 6 - 7) + **Touch G** (8),

## S2 : L Side Out, Hip Bumps L, R, L, R with Flick, L Vine with Touch,

- 1 – 2 Pas G à G + **Hip Bump G, Hip Bump D,**  
3 – 4 **Hip Bump G, Hip Bump D + Flick G,**  
5–6–7–8 **Vine G** (5 - 6 - 7) + **Touch D** (8),

## S3 : Heel Struts Forward R, L, R, L,

- 1 – 2 **Heel Strut D** avant,  
3 – 4 **Heel Strut G** avant,  
5 – 6 **Heel Strut D** avant,  
7 – 8 **Heel Strut G** avant,

## S4 : R Heel Forward Twice, R Toe Back Twice, 1/4 R Turning V-Step.

- 1 – 2 Talon D avant, Talon D avant,  
3 – 4 Pointe D arrière, Pointe D arrière,  
5 – 6 Pas D en diagonale avant D (Out), Pas G à G de D (Out),  
7 – 8 1/8 tour D + Pas D légèrement derrière, 1/8 tour D + Ramener G près de D 01:30 puis 03:00  
Option : Sur 8, Sautez des 2 pieds pour ramener G près de D + **Clap**.

👉 Recommez du début ... et gardez le sourire !! 😊

**FIN** Vous terminez votre dernier mur à 06:00, après avoir complété le V-Step. Ajoutez un 1/2 tour D + écartez les Pieds (Out-Out) et envoyez les mains en l'air !