

Soul Food



Musique Soul Food (Keith URBAN) 122 bpm
Intro 48 temps (16 temps plus léger + 32 temps plus marqués, et avec des « ouh oh oh » chantés)
Chorégraphe Silvia CHILL (août 2021)
Vidéos Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/c/LillyWEST>
Type 4 murs, 32 temps, East Coast Swing, Débutant / Novice
Particularités 0 Tag, 0 Restart 😊

Termes

Rock Step (2 temps) : D : 1. Pas D dans la direction indiquée,
2. Remettre le Poids du Corps (PdC) sur G.

Cross Triple D (2 temps) : 1. Croiser D devant G (+ Transfert Poids du Corps vers D),
Vous êtes légèrement tournée diagonale Gauche. &.Petit Pas G à G (donc Transfert PdC vers G),
2. Croiser D devant G (+ Transfert PdC vers D).

Triple Step (2 temps) : D : 1. Pas D dans la direction indiquée (avant, arrière, côté, diagonale...)
&.Ramener G près de D,
2. Pas D dans la même direction qu'au premier pas.

Jazz Box Cross D (4 temps) : 1. Croiser D devant G (assez loin),
2. Pas G arrière,
3. (Follow Through puis) Pas D à D,
4. (Follow Through puis) Croiser G devant D.

Follow Through : Le pied libre passe près du pied d'appui avant de continuer son pas.

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

Snap (1 temps) : Claquer des doigts (une ou deux mains).

Section 1 : R Side Rock, Cross Triple L Side Rock, Cross Triple,

1 – 2	Rock Step D à D,	12:00
3 & 4	Cross Triple D,	
5 – 6	Rock Step G à G,	
7 & 8	Cross Triple G,	

S2 : R Side, Behind, 1/4 R & Forward Triple, L Step 1/2 R Pivot, L Forward Triple,

1 – 2	Pas D à D, Croiser G derrière D + Plier légèrement les genoux,	
3 & 4	1/4 tour D + Triple Step D avant,	03:00
5 – 6	Pas G avant, Pivoter 1/2 tour D (+ Transfert PdC D),	09:00
7 & 8	Triple Step G avant,	

S3 : R Rocking Chair, R Step 1/2 L Pivot, R Step 1/2 L Pivot,

1 – 2	Rock Step D avant,	
3 – 4	Rock Step D arrière,	
5 – 6	Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G (+ PdC G),	03:00
7 – 8	Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G (+ PdC G),	09:00

S4 : R Jazz Box Cross, Side, Snaps, Side, Snaps.

1 – 2 – 3 – 4	Jazz Box Cross D,	
5 – 6	Pas D à D, Touch G + Snaps des 2 mains,	
7 – 8	Pas G à G, Touch D + Snaps des 2 mains.	

😊 Recommencez du début ... et gardez le sourire !! 😊