

FREEZE & SHAKE

Chorégraphes : Wanda Heldt & Perth WA

Type : Danse en Ligne, 48 Temps, 4 Murs

Difficulté : Intermédiaire

Musique : *Ice Cream Freeze* par Miley Cyrus, **104 Bpm**, (CD : Hannah Montana)

Note Départ : 24 temps sur *Ice Cream Freeze* par Miley Cyrus

Comptes	Description	Suggestion Calling	Direction Sens
Section 1	RIGHT HEEL BALL STEP, ROCK, RECOVER, ½ TURN RIGHT SHUFFLE FORWARD		
1&2	Toucher Talon PD en Av, PD à côté PG, Pas PG en Av,	Heel Ball Step	Av
3&4	Toucher Talon PD en Av, PD à côté PG, Pas PG en Av,	Heel Ball Step	
5-6	Pas PD en Av, Revenir PdC sur PG en Ar,	Rock Step	Sur place
7&8	½ t à D avec Pas PD en Av, PG à côté PD, Pas PD en Av,	Turn Shuffle	½ D (6h)
Section 2	LEFT HEEL BALL STEP, ROCK, RECOVER, ½ TURN LEFT SHUFFLE FORWARD		
1&2	Toucher Talon PG en Av, PG à côté PD, Pas PD en Av,	Heel Ball Step	Av
3&4	Toucher Talon PG en Av, PG à côté PD, Pas PD en Av,	Heel Ball Step	
5-6	Pas PG en Av, Revenir PdC sur PD en Ar,	Rock Step	Sur place
7&8	½ t à G avec Pas PG en Av, PD à côté PG, Pas PG en Av,	Turn Shuffle	½ G (12h)
Section 3	HIP BUMPS TRAVELLING FORWARD RIGHT, LEFT, RIGHT, HIP BUMPS WITH SHIMMIES		
1&2	Toucher Pointe PD en Av et Pousser Hanche D en Av, Pousser Hanche G en Ar, Poser Talon PD sur place et Pousser Hanche D en Av,	Bump & Bump	Av
3&4	Toucher Pointe PG en Av et Pousser Hanche G en Av, Pousser Hanche D en Ar, Poser Talon PG sur place et Pousser Hanche G en Av,	Bump & Bump	
5&6	Toucher Pointe PD en Av et Pousser Hanche D en Av, Pousser Hanche G en Ar, Poser Talon PD sur place et Pousser Hanche D en Av,	Bump & Bump	
7&8	Toucher Pointe PG en Av et Pousser Hanche G en Av, Pousser Hanche D en Ar, Poser Talon PG sur place et Pousser Hanche G en Av, <i>Sur les temps 3&4 et 7&8, légère baisse sur le genou Ar quand vous avancez</i> <i>Sur les Bumps, remuer les épaules d'Av en Ar</i>	Bump & Bump	
Section 4	SIDE ROCK, RECOVER, RIGHT SAILOR STEPS, SIDE ROCK, RECOVER, LEFT SAILOR STEP ¼ TURN LEFT		
1-2	Pas PD à D, Revenir PdC sur PG à G,	Side Rock	Sur place
3&4	Croiser PD derrière PG (PdC sur l'Av), Pas PG à G, Pas PD légèrement en Av,	Sailor Step	
5-6	Pas PG à G, Revenir PdC sur PD à D,	Side Rock	
7&8	Croiser PG derrière PG (PdC sur l'Av), 1/2 t à G avec Pas PD à D, Pas PG légèrement en Av,	Sailor ¼ Left	¼ G (9h)
Section 5	PADDLE TURNS LEFT & RIGHT		
1&2&	Toucher Pointe PD à D avec 1/8 t à G, Revenir PdC sur PG à G, Toucher Pointe PD à D avec 1/8 t à G, Revenir PdC sur PG à G,	Paddle Right Turn	¼ G (6h) ¼ G (3h)
3&4	Toucher Pointe PD à D avec 1/8 t à G, Revenir PdC sur PG à G, Pas PD légèrement en Av,		
5&6&	Toucher Pointe PG à G avec 1/8 t à G, Revenir PdC sur PD à D, Toucher Pointe PG à G avec 1/8 t à G, Revenir PdC sur PD à D,	Paddle Left Turn	¼ D (6h) ¼ D (9h)
7&8	Toucher Pointe PG à G avec 1/8 t à G, Revenir PdC sur PD à D, 1/8 t à D avec Pas PG en Av,		

Section 6 SYNCOPATED 2X ¼ MONTEREY TURNS RIGHT, ROCK, RECOVER, LEFT COASTER STEP

1&2&	Toucher Pointe PD à D, ¼ t à D avec PD à côté PG, Toucher Pointe PG à G, PG à coté PD,	Monterey ¼	¼ D (12h)
3&4	Toucher Pointe PD à D, ¼ t à D avec PD à côté PG, Toucher Pointe PG à G,	Monterey ¼	¼ D (3h)
5-6	Pas PG en Av, Revenir PdC sur PD en Ar,	Rock Step	Sur place
7&8	Pas PG en Ar (PdC sur l'Av), PD à côté PG, Pas PG en Av,	Coaster Step	

Recommencer en gardant votre sourire

Si vous constatez une erreur de traduction, je vous remercie de le signaler à l'adresse mail ci-dessous



Freeze & Shake



Count: 48 **Wall:** 4 **Level:** Easy Intermediate
Choreographer: Wanda Heldt - Perth WA – Jan 2010
Music: Ice Cream Freeze by: Miley Cyrus [Cd Hannah Montana]

S1. RIGHT HEEL BALL STEP, ROCK, RECOVER, ½ TURN RIGHT SHUFFLE FORWARD

1&2 Touch Right heel forward, Step Right next to Left, Step Left forward.
3&4 Touch Right heel forward, Step Right next to Left, Step Left forward.
5-6 Rock forward on Right, Recover on Left,
7&8 ½ turn Right Shuffle forward R.L.R. [6:00]

S2. LEFT HEEL BALL STEP, ROCK, RECOVER, ½ TURN LEFT SHUFFLE FORWARD

1&2 Touch Left heel forward, Step Left next to Right, Step Right forward.
3&4 Touch Left heel forward, Step Left next to Right, Step Right forward.
5-6 Rock forward on Left, Recover on Right,
7&8 ½ turn Left Shuffle forward L.R.L. [12:00]

S3. HIP BUMPS TRAVELLING FORWARD R,L,R, HIP BUMPS with Shimmies

1&2 Step Right toe forward and Hip bump to Right,Left. Right & Step on Right.
3&4 Step Left toe forward and Hip bump Left,Right,left & step on Left. [slight knee dip]
5&6 Step Right toe forward and Hip bump to Right,Left. Right & Step on Right.
7&8 Step Left toe forward and Hip bump Left,Right,left & step on Left. [Slight knee dip]

Note: On steps - 3&4 and 7&8 slight knee dip as you step forward.

S4. SIDE ROCK, RECOVER, RIGHT SAILOR STEPS, SIDE ROCK, RECOVER, LEFT SAILOR STEP ¼ TURN LEFT

1-2 Rock Right, Recover on Left.
3&4 Step Right behind Left, Recover on Left, Step Right out to Right side.
4-6 Rock Left, Recover on Right.
7&8 ¼ turn Left, Step Left behind Right, Recover on to Right, Step Left out to Left side [9:00]

S5.. PADDLE TURNS LEFT & RIGHT

1& Point Right toe forward turn 1/8 left, [Weight on Left as you paddle turn]
2& Point Right toe forward turn 1/8 left,
3& Point Right toe forward turn 1/8 left,
4 Step down on Right slightly forward. [3:00]
5& Point Left toe forward turn 1/8 Right, [weight on Right as you paddle turn]
6& Point Left toe forward turn 1/8 Right,
7& Point Left toe forward turn 1/8 Right,
8 1/8 turn Right Step down on Left. [9:00]

S6. SYNCOPATED 2 x ¼ MONTEREY TURNS RIGHT, ROCK, RECOVER, LEFT COASTER STEP

1&2 Touch Right toe to Right side, Step on Right turn ¼ Right, Touch Left Toe to Left side. [12:00]

&3 Step Left next to Right, Touch Right toe to Right side.

&4 Step on Right turn ¼ Right, Touch Left toe to left side. [3:00]

5-6 Rock forward on Left, Recover on to Right,

7&8 Step back on Left, Step Right next to Left, Step Left forward.

Restart..... Have Fun In Life & In Dance

Email: silverstarwandarers@hotmail.com Website: www.silverstarw.com.au

