

MAKE IT SHAKE

Chorégraphes : Fred Whitehouse & Darren Bailey

Type : Danse en Ligne, 64 Temps, 4 Murs,

Difficulté : Avancée

Musique : *Make It Shake* par Machel Montana ft B.Rhymes, Olivia & Fatman Scoop, **144 Bpm**,

Note Départ : 32 temps après la section Rap sur *Make It Shake* par Machel Montana ft B.Rhymes, Olivia & Fatman Scoop

Séquence : A, B, A, A, A, A, B, TAG, A, A, B, B

Comptes	Description	Suggestion Calling	Direction Sens
PART A			
Section 1 ROCK RECOVER X3, HOP BACK X2			
1-2&	Pas PD à D, Revenir PdC sur PG à G, PD à côté PG,	Side Rock & Side Rock & Rock Step Back Hop	Sur place
3-4&	Pas PG à G, Revenir PdC sur PD à D, PG à côté PD,		
5-6	Pas PD en Av, Revenir PdC sur PG en Ar,		
7-8	Faire Petit Saut en Ar sur PD, 2 fois,		
Section 2 STEP HITCH, STEP FLICK, STEP LOCK, ROCK RECOVER			
1-2	Pas PG en diagonale Ar G, Monter Genou D à côté Genou G,	Back Hitch Point Flick	(10h30) Sur place
3-4	Toucher Pointe PD à D, Lancer Pointe PD derrière Genou G,		
5-6	1/8 t à D avec Pas PD en Av, Croiser PG derrière PD et Plier Genou D vers l'Av,	Step Knee Pop	(12h)
7-8	Pas PD en Ar et Monter Genou G vers l'Av, Revenir PdC sur PG en Av,	Back Hitch Rock	Sur place
Section 3 DOROTHY STEP, CHEST POP, ¼ HEEL GRIND, HEEL SWITCH AND SCUFF			
1-2&	Pas PD en diagonale Av D, Croiser PG derrière PD, Pas PD à D,	Dorothy Right Chest Pop	Av Sur place
3&4	Pas PG à G, Pousser la poitrine vers l'Av, La ramener vers l'Ar (PdC sur PG),		
5-6&	Prendre Appui sur Talon PD croisé devant PG, ¼ t à G avec Pas PG en Ar, PD à côté PG,	Heel Grind Turn &	¼ D (3h)
7&8	Toucher Talon PG en Av, PG à côté PD, Frotter talon PD vers l'Av,	Heel & Scuff	Sur place
Section 4 HOP KICK X2, JUMP FLICK, JUMP LOCK, HOP X2			
1-2	Petit Saut sur PG et Lancer Pointe PD vers l'Ar, Petit saut sur PG et Lancer Pointe PD vers l'Av (Sans toucher le sol),	Kick Back Kick	Sur place
3-4	Petit Saut sur place jambes écartées (Largeur des épaules), Petit Saut sur PD et Lancer Talon PG derrière Jambe D,	Jump Flick	
5-6	Petit Saut sur place jambes écartées (Largeur des épaules), Petit Saut Pieds joints et Finir PG croisé derrière PD,	Jump Lock	
7-8	½ t à G avec Petit Saut sur place, ½ t à G avec Petit Saut sur place,	Unwind Hop	
<i>Option plus facile</i>			
1-2&	Toucher Pointe PD en Ar, Lancer Pointe PD vers l'Av, PD à côté PG,	Point Kick	
3-4	Toucher Pointe PG à G, Monter Genou G vers l'Av,	Point Hitch	
5-6	Toucher Pointe PG à G, Croiser PG derrière PD,	Point Lock	
7-8	½ t à G avec Petit Saut sur place, ½ t à G avec Petit Saut sur place,	Unwind Left	

PART B			
Section 1 STOMP, HIP ROLL X3, HITCH, STOMP, HIP BUMPS X4			
1-4	Frapper PD à D et Faire des Cercles avec votre Bassin dans le sens contraire des aiguilles d'une montre sur 3 temps, Monter Genou G vers l'Av,	Stop Hip Roll Hitch	Sur place
5-8	Pas PG à G et Pousser les hanches à G à 4 reprises (PdC sur PG), utiliser vos épaules pour accentuer le style,	Stomp Bump	
Section 2 STEP HITCH CLAP X2, STEP CLOSE X2			
1-2	Pas PD en diagonale Ar D, Monter Genou G vers l'Av et Frapper des mains	Back Hitch Clap	Ar
3-4	Pas PG en diagonale Ar G, Monter Genou D vers l'Av et Frapper des mains	Back Hitch Clap	
5-6	¼ t à D avec Pas PD à D, PG à côté PD,	Turn Right	¼ D (6h)
7-8	Pas PD à D, PG à côté PD,	Chassé	
Section 3 STOMP, HIP ROLL X3, HITCH, STOMP, HIP BUMPS X4			
1-4	Frapper PD à D et Faire des Cercles avec votre Bassin dans le sens contraire des aiguilles d'une montre sur 3 temps, Monter Genou G vers l'Av,	Stop Hip Roll Hitch	Sur place
5-8	Pas PG à G et Pousser les hanches à G à 4 reprises (PdC sur PG), utiliser vos épaules pour accentuer le style,	Stomp Bump	
Section 4 STEP HITCH CLAP X2, STEP CLOSE X2			
1-2	Pas PD en diagonale Ar D, Monter Genou G vers l'Av et Frapper des mains	Back Hitch Clap	Ar
3-4	Pas PG en diagonale Ar G, Monter Genou D vers l'Av et Frapper des mains	Back Hitch Clap	
5-6	¼ t à D avec Pas PD à D, PG à côté PD,	Turn Right	¼ D (9h)
7-8	Pas PD à D, PG à côté PD,	Chassé	
TAG BOX STEP WITH BODY ROCKS			
1&2	Pas PD à D et Pousser votre Corps en Ar, Pousser votre Corps en Av en Levant les Bras, Ramener votre Corps en Ar (PdC sur PD et Baisser les Bras),	Body Rock	Sur place
3&4	¼ t à D avec Pas PG à G et Pousser votre Corps en Ar, Pousser votre Corps en Av en Levant les Bras, Ramener votre Corps en Ar (PdC sur PG et Baisser les Bras),	Turn Right	¼ D (6h)
5&6	¼ t à D avec Pas PG à G et Pousser votre Corps en Ar, Pousser votre Corps en Av en Levant les Bras, Ramener votre Corps en Ar (PdC sur PD et Baisser les Bras),		¼ D (9h)
7&8	¼ t à D avec Pas PG à G et Pousser votre Corps en Ar, Pousser votre Corps en Av en Levant les Bras, Ramener votre Corps en Ar (PdC sur PG et Baisser les Bras),		¼ D (12h)
	Le Tag n'est fait qu'une seule fois, sur les mots "JUMP" répétés plusieurs fois		

Recommencer en gardant votre sourire

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

Make It Shake

Count: 64 **Wall:** 4 **Level:** Phrased Advanced
Choreographer: Fred Whitehouse & Darren Bailey (Oct 2014)
Music: Make It Shake by (feat. Machel Montano, Busta Rhymes, Olivia & Fatman Scoop)

Intro – 32 counts, from the rapping section.

Sequence – A, B, A, A, A, A, B, TAG, A, A, B, B

Section A: 32 counts

Rock Recover X 3, Hop Back X2

1,2& rock RF to R side, recover onto L, close RF next to L
3,4& rock LF to L side, recover onto R, close LF next to R
5,6 rock RF forward, recover onto L
7,8 hop back on RF x2

Step Hitch, Step Flick, Step Lock, Rock Recover

1,2 step LF back diagonal (7.30), hitch R knee up beside L knee
3,4 touch RF to R side, flick RF behind L knee (still on diagonal)
5,6 step RF forward (12.00) lock LF behind R popping R knee
7,8 rock RF behind L popping L knee, recover weight onto LF

Dorothy Step, Chest Pop, ¼ Heel Grind, Heel Switch And Scuff

1,2 step RF forward to R diagonal, lock LF behind R
&3&4 step RF to R side, step LF to L side, expand chest out, bring chest back
in,(chest pop) keep weight on L
5,6 cross R heel over LF, ¼ turn stepping LF back (face 3.00)
&7&8 close RF next to L, touch R heel forward, close RF next L, scuff RF forward

Hop Kick X2, Jump Flick, Jump Lock, Hop X2

1,2 hop on LF kicking RF back, hop on LF kicking RF forward (RF shouldn't touch floor)
3,4 jump both feet shoulder width apart, hop RF toward L as you flick LF across R shin
5,6 jump both feet shoulder width apart, jump both feet together as you lock LF behind R
7,8 make ½ turn L with mini hop (unwind feet), make ½ turn L with mini hop (close both feet together) or

Easier option for the 8 counts above.

Easier option:

1-2& Touch Rf back, Kick Rf forward, close Rf next to Lf
3-4 Touch Lf to L side, Hitch L knee
5-6 Touch Lf to L side, Lock Lf behind Rf
7-8 Make a 1/2 turn L mini Hop (unwind feet), make a 1/2 turn L mini Hop (Feet closed)

face 3.00 start dance

Section B: 32counts

Stomp, Hip Rolls X3, Hitch, Stomp, Hip Bumps X4

- 1-4 stomp RF to R side make full circles with hips anti clockwise x3, hitch L knee on count 4
5-8 step LF to L side bumping hips to L x4 placing weight on L (use shoulders to style movement)

Step Hitch Clap X2, Step Close X2

- 1,2 step RF back diagonal, hitch L knee and clap hands together
3,4 step LF back diagonal, hitch R knee and clap hands together
5,6 ¼ turn R stepping RF to R side, close LF next to R,
7,8 step RF to R side, close LF next to R

Repeat first 16 counts again.

End of section B

TAG: Box step with body rocks

- 1&2 rock body back as you step RF to R side (raise ONE arm in the air), rock body forward, rock body back (weight should be on RF)
3&4 ¼ R stepping LF to L side rocking body back (raise both hands in the air), rock body forward, rock body back (weight should be on LF)
5&6 ¼ R stepping RF to R side rocking body back (raise ONE arm in the air), rock body forward, rock body back (weight should be on RF)
7&8 ¼ R stepping LF to L side rocking body back (raise both arms in the air) rock body forward, rock body back (weight should end on LF)

This Tag only happens once, the words JUMP JUMP are repeated several times.