

CAJUN RUN



Chorégraphe : "Dynamite Dot" Ilaria - Bognor Regis - ANGLETERRE / 2007

LINE Dance : 32 temps - 4 murs

Niveau : novice / intermédiaire

Musique : (*teach*) - In a letter to you - Eddy RAVEN - BPM 132

Guys like me - Gary ALLEN - BPM 180/2step

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 11 / 2009

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 12 + 8 temps

LEFT LOCK STEP, HITCH, RIGHT LOCK STEP, HITCH MAKING 1/4 TURN RIGHT

1.2.3 *STEP-LOCK-STEP G avant* : pas PG avant - LOCK PD derrière PG (*PD à G du PG*) - pas PG avant

4 HITCH genou D devant

5.6.7 *STEP-LOCK-STEP D avant* : pas PD avant - LOCK PG derrière PD (*PG à D du PD*) - pas PD avant, avec 1/4 de tour D

8 pas PD avant, avec 1/4 de tour D - HITCH genou G devant

ROCK FORWARD LEFT x 2, STEP 1/2 TURN LEFT, HITCH, RIGHT ROCK STEP

1.2 petit ROCK STEP G avant, revenir sur PD arrière | **ROCKIN**

3.4 petit ROCK STEP G avant, revenir sur PD arrière | **CHAIR**

5.6 petit pas PG avant - **SPIN 1/2 tour G** (*sur BALL du PG*).... HITCH genou D devant

7.8 Petit ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière

STEP 1/2 TURN RIGHT, HITCH, BACK, HITCH, WEAVE . . . CONTINUE WEAVE

1.2 petit pas PD avant - **SPIN 1/2 tour D** (*sur BALL du PD*).... HITCH genou G devant

3.4 pas PG arrière - HITCH genou D devant

5 à 8 *WEAVE à D* : pas PD côté D - CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD . . .] **Petits pas**

9 à 11 . . . pas PD côté D - CROSS PG derrière PD - pas PD côté D] **The Cajun Run**

HITCH, 1/4 TURN LEFT WITH HITCH, 1/4 TURN LEFT WITH HITCH

4 HITCH genou G devant

5.6 **1/4 de tour G** . . . pas PG avant - HITCH genou D devant

7.8 **1/4 de tour G** . . . pas PD côté D - HITCH genou G devant

Note de la chorégraphe : essayez de maintenir des petits pas avec le style CAJUN, avec petits rebondissements, et utiliser les HITCHES pour donner de l'élan dans les tours.

CAJUN RUN

Choreographer : **Dynamite Dot Ilaria** – Bognor Regis - U. K.
4 wall 32 count. Easy/Intermediate line dance
Music : **'Guys like me' by Gary Allen**. Start on vocals
SLOW TO TEACH – 'In a letter to you' by Eddy Raven
Any similar phrased Cajun music.

- 1 - 8 - Left lock step hitch/R lock step hitch making ¼ turn R**
1 2 3 4 Step left twd. Lock right behind left. Step left fwd. Hitch right
5 6 7 8 Step right fwd. Lock left behind right. Step right making a ¼ turn right. Hitch left
- 9 - 16 - Rock fwd left x 2/Step ½ turn L hitch/R rock step**
1 2 3 4 Small rock fwd left. Recover on right)
Small rock fwd left. Recover on right) Cajun rhythm
5 6 7 8 Small step fwd on left. Spin ½ turn left on ball of left foot & hitch right.
Small rock fwd right. Recover left
- 17 - 24 - Step ½ turn R hitch/Back hitch/Weave**
1 2 3 4 Small step fwd right. Spin ½ turn right on ball of right foot & hitch left.
Step back on left & hitch right.
5 6 7 8 Right to side. Left behind. Right to side. Left in front. (All small steps – the Cajun run)
- 25 - 32 - Continue weave/ ¼ turn L with hitch x 2**
1 2 3 4 Continue Cajun run. Right to side. Left behind. Right to side. Hitch left (All small steps)
5 6 7 8 Step ¼ turn left & hitch right. Step ¼ turn left & hitch left (Turning ½ turn in total)

Begin Again

Choreographers note : Try to maintain small steps with the Cajun feel which is bouncy and uses the hitches for momentum in the turns.

<http://dynamitedot.co.uk/>