



# LECHA GET SMOOTH

**Chorégraphe :** Rob FOWLER – Wallasey, MERSEYSIDE - ANGLETERRE / Mai 2000

**Source :** Speed'Irène

**Niveau :** Novice / Intermédiaire

**Description :** 32 temps - 2 murs // **CUBAN**

**Musique :** **Me and Maxine - Sammy KERSHAW - BPM 114/chacha**

Smooth - SANTANA - BPM 116

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 6 / 2011

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

**Introduction : 32 temps**

## **SIDE, CROSS ROCK LEFT, 1/4 TURN & FORWARD TRIPLE, STEP 1/2 TURN LEFT, KICK BALL STEP**

- 1.2.3** Pas PD côté D - CROSS ROCK STEP G devant, revenir sur PD derrière  
**4&5** **1/4 de tour G . . . . SHUFFLE G avant** : pas PG avant - pas PD à côté du PG – Pas PG avant - **9 : 00** -  
**6.7** Pas PD avant - 1/2 tour PIVOT vers G (*appui PG*) - **3 : 00** -  
**8&1** **KICK BALL STEP D** : KICK PD avant - pas BALL PD à côté du PG - pas PG avant

## **ROCK, RECOVER, 1/4 TURN & SIDE TRIPLE, ROCK, RECOVER, TOGETHER, SAILOR STEP**

- 2.3** ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière  
**4&5** **1/4 de tour D . . . . CHASSÉ D latéral** : pas PD côté D - pas PG à côté du PD – Pas PD côté D - **6 : 00** -

## **OPTION : 1 tour 1/4 D . . . . TRIPLE STEP D : D. G. D. (évolutif latéral D)**

- 6&7** ROCK STEP G avant, revenir sur PD arrière - pas PG à côté du PD  
**8&1** **SAILOR STEP D** : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD côté D

## **TOUCH FORWARD & SIDE, SAILOR STEP, REPEAT**

- 2.3** TOUCH pointe PG avant - TOUCH pointe PG côté G  
**4&5** **SAILOR STEP G** : CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - pas PG côté G  
**6.7** TOUCH pointe PD avant - TOUCH pointe PD côté D  
**8&1** **SAILOR STEP D** : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD côté D

## **STEP 1/2 TURN, 1/2 TURN TRIPLE, ROCK BACK, RECOVER, ROCK FORWARD, STEP BACK**

- 2.3** Pas PG avant - 1/2 tour PIVOT vers D (*appui PD*) - **12 : 00** -  
**4&5** **1/2 tour D**, sur place . . . . **TRIPLE STEP D** : G. D. G. - **6 : 00** -  
**6.7** ROCK STEP D arrière, revenir sur PG avant  
**8&** ROCK STEP D avant, revenir sur G sur diagonale arrière G ↙