



BANANAPHONE

FORMATION : EN LIGNE
CYCLE : 64 TEMPS
EXECUTION : 4 MURS
NIVEAU : DEBUTANT-INTERMEDIAIRE (NOVICE)
MUSIQUES : *Bananaphone* (Raffi / album Fun Food Songs / 3'18)
CHORÉGRAPHE : Isabelle Espagne & Annegret Nied
REDACTION : Annegret (Electric Coyote Gang © – L.D.A.)

TEMPS	PAS
1 à 8	CHARLESTON RIGHT, CHARLESTON LEFT,
1 - 4	Pointer PD devant, ramener PD vers l'arrière (mouvement demi cercle en l'air), poser PD derrière, pause,
5 - 8	Pointer PG derrière, ramener PG vers l'avant (mouvement demi cercle en l'air), poser PG devant, pause,
9 à 16	RIGHT FWD, HOLD, 1/2 TURN L, HOLD, JAZZ BOX, HOLD,
1 - 4	PD devant, pause, pivot 1/2 tour à G, pause,
5 - 8	Croiser PD devant PG, reculer PG, décroiser PD à D, pause,
17 à 24	CHARLESTON LEFT, CHARLESTON RIGHT,
1 - 4	Pointer PG devant, ramener PG vers l'arrière (mouvement demi cercle en l'air), poser PG derrière, pause,
5 - 8	Pointer PD derrière, ramener PD vers l'avant (mouvement demi cercle en l'air), poser PD devant, pause,
25 à 32	LEFT FWD, HOLD, 1/4 TURN R, HOLD, JAZZ BOX, HOLD,
1 - 4	PG devant, pause, pivot 1/2 tour à D, pause,
5 - 8	Croiser PG devant PD, reculer PD, décroiser G à G, pause,
33 à 40	TOE STRUTS FWD,
1 - 4	Toucher pointe PD devant, poser talon PD avec PDC, toucher pointe PG devant, poser talon PG avec PDC,
5 - 8	Toucher pointe PD devant, poser talon PD avec PDC, toucher pointe PG devant, poser talon PG avec PDC,
41 à 48	OUT R, HOLD, OUT L, APPLE JACKS (OPTION: HEEL SPLITS),
1 - 4	PD à D, pause, PG à G, pause,
5 - 8	Apple Jacks : 5 : en ayant l'appui sur la pointe PD et le talon PG : pivoter le talon PD et la pointe PD vers la G, 6 : revenir vers le milieu, 7 : en ayant l'appui sur la pointe PG et le talon PD : pivoter le talon PG et la pointe PG vers la D, 8 : revenir vers le milieu (option : Heel Splits : écarter les talons vers l'extérieur, revenir talons au milieu, écarter les talons vers l'extérieur, revenir talons au milieu)
49 à 56	TOE STRUTS BACKWARDS,
1 - 4	Toucher pointe PD derrière, poser talon PD avec PDC, toucher pointe PG derrière, poser talon PG avec PDC,
5 - 8	Toucher pointe PD derrière, poser talon PD avec PDC, toucher pointe PG derrière, poser talon PG avec PDC,
57 à 64	STOMP OUT R, HOLD, STOMP OUT L, FLICK R, FLICK L.
1 - 4	Stomp PD à D, pause, stomp PG à G, pause,
5 - 6	Flick PD en diagonale D (le toucher avec la main D), poser PD à côté du PG,
7 - 8	Flick PG en diagonale G (le toucher avec la main G), poser PG à côté du PD.
	<i>Recommencer avec le sourire !</i>

PDC = poids du corps

D = droit / G = gauche

PD = pied droit / PG = pied gauche