

# WAKE YOU SWEAT



Chorégraphe : Ria VOS - Rotterdam, HOLLANDE / Juin 2010

LINE Dance : 32 temps - 4 murs

Niveau : intermédiaire

Musique : **Uhh la la la - CHI HUA HUA** - BPM 92

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 4 / 2014

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

## Introduction : 24 temps

*SIDE, TOUCH, SIDE, KICK, BEHIND, TURN ¼ LEFT, STEP FORWARD, STEP, PIVOT TURN ½ RIGHT, STEP, FULL TRIPLE TURN LEFT*

- 1& pas PD côté D - TAP PG à côté du PD  
2& pas PG côté G - KICK PD sur diagonale avant D ↗  
3&4 BEHIND-1/4 TURN-STEP : CROSS PD derrière PG - 1/4 de tour G... pas PG avant - pas PD avant - 9 : 00 -  
5&6 pas PG avant - 1/2 tour PIVOT vers D (*appui PD*) - pas PG avant - 3 : 00 -  
7&8 1/2 tour G... pas PD arrière - 1/2 tour G... pas PG avant - pas PD avant - 3 : 00 -

*ROCKING CHAIR, STEP PIVOT TURN ¼ RIGHT, CROSS, TOE STRUTS, CHASSE RIGHT*

- 1& ROCK STEP G avant, revenir sur PD arrière | **ROCKIN CHAIR**  
2& ROCK STEP G arrière, revenir sur PD avant | **SYNCOPE**  
3&4 pas PG avant - 1/4 de tour PIVOT vers D (*appui PD*) - CROSS PG devant PD - 6 : 00 -  
5& TOE STRUT latéral D : TOUCH BALL PD côté D - DROP : abaisser talon D au sol  
6& CROSS TOE STRUT côté D : CROSS BALL PG devant PD - DROP : abaisser talon G au sol  
7&8 CHASSÉ D latéral : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD côté D

**RESTART : ici, sur le 3<sup>ème</sup> mur, après 16 temps, ajouter :**

**pas PG à côté du PD sur le " & ", et reprendre la DANSE au début - 12 : 00 -**

**Sur les temps 5 à 8 : il chante "from the tip of your toes to the top of your head"**

- 5& 2 bras vers D → - **SNAP**  
6&7 2 bras vers G ← - **SNAP** - 2 mains vers D →  
&8 poussez les 2 mains, les paumes vers l'extérieur, 2 fois vers le plafond, au-dessus la tête

*SWAY OUT LEFT, SWAY OUT RIGHT, COASTER STEP, JAZZ BOX TURN ¼ RIGHT, LOCK STEP FORWARD*

- 1 pas PG avant, légèrement de côté "OUT".... SWAY ↖  
2 pas PD avant, légèrement de côté "OUT".... SWAY ↗  
3&4 COASTER STEP G : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant  
5&6 CROSS PD devant PG - 1/4 de tour D... pas PG arrière - pas PD côté D - 9 : 00 -  
7&8 SHUFFLE LOCK G avant : pas PG avant - LOCK PD derrière PG (*PD à G du PG*) - pas PG avant

*MAMBO FORWARD, RUN BACK X3, POINT, HITCH, POINT, FLICK, BIG SIDE STEP TOGETHER*

- 1&2 MAMBO STEP D avant : ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière - pas PD arrière  
3&4 3 pas **courus** arrière : pas PG arrière - pas PD arrière - pas PG arrière  
5& TOUCH pointe PD côté D - HITCH genou D devant  
6& TOUCH pointe PD côté D - FLICK PD derrière jambe G  
7.8 grand pas PD côté D - DRAG PG vers PD... pas PG à côté du PD

**Sur les comptes 5-8, il chante "from the tip of your toes to the top of your head"**

- 5.6 bras D vers D → + **SNAP** - bras D vers D → + **SNAP**  
7.8 poussez les 2 mains, les paumes vers l'extérieur, 2 fois vers le plafond, au-dessus la tête

**FIN : vous finir sur les temps 1 à 4 de la 3<sup>ème</sup> section, remplacez le COASTER STEP par :**

- 3&4 pas PG arrière - 1/4 de tour D, sur BALL du PG... pas PD avant - pas PG avant

# Make You Sweat



Choreographed by **Ria VOS** (NL) - June 2010 [www.dansenbijria.nl](http://www.dansenbijria.nl)

Description : 32 count, 4 wall, Beginner / Intermediate Line Dance

Music : **Uhh la la la by Chi HUA HUA** [CD : Dansk Melodi Grand Prix 2005 /

**Intro : 24 counts, start on vocals**

**SIDE, TOUCH, SIDE, KICK, BEHIND, TURN ¼ LEFT, STEP FORWARD, STEP, PIVOT TURN ½ RIGHT, STEP, FULL TRIPLE TURN LEFT**

- 1& Step right to side, touch left together
- 2& Step left to side, kick right diagonally forward
- 3&4 Cross right behind left, turn ¼ left and step left forward, step right forward (9:00)
- 5&6 Step left forward, pivot turn ½ right, step left forward (3:00)
- 7&8 Turn ½ left and step right back, turn ½ left and step left forward, step right forward (3:00)

**ROCKING CHAIR, STEP PIVOT TURN ¼ RIGHT, CROSS, TOE STRUTS, CHASSE RIGHT**

- 1&2& Rock left forward, recover to right, rock left back, recover to right
- 3&4 Step left forward, pivot turn ¼ right, cross left over right (6:00)
- 5&6& Step right toe to side, drop right heel, cross left toe over right, lower left heel
- 7&8 Chassé side right, left, right

**Restart point wall 3**

Arms for counts 5-8 : when he sings "from the tip of your toes to the top of your head"

- 5& Both arms to right side, snap fingers
- 6& Both arms to left side, snap fingers
- 7&8 Both hands to right side above your head palms facing out, push up twice

**SWAY OUT LEFT, SWAY OUT RIGHT, COASTER STEP, JAZZ BOX TURN ¼ RIGHT, LOCK STEP FORWARD**

- 1-2 Step out and left forward with hip sway, step out on right with hip sway
- 3&4 Step left back, step right together, step left forward
- 5&6 Cross right over left, turn ¼ right and step left back, step right to side (9:00)
- 7&8 Locking chassé forward left, right, left

**MAMBO FORWARD, RUN BACK X3, POINT, HITCH, POINT, FLICK, BIG SIDE STEP TOGETHER**

- 1&2 Rock right forward, recover to left, step right back
  - 3&4 Run back stepping left, right, left
  - 5&6& Touch right to side, hitch right, touch right to side, flick right behind left leg
  - 7-8 Step right large step to right side dragging left towards right, step left together
- Arms for counts 5-8: when he sings "from the tip of your toes to the top of your head"
- 5-6 Right arm to right side snap fingers, repeat on count 6
  - 7-8 Swing right arm around above head palm of hand facing up

REPEAT

**RESTART : On wall 3 after count 16, add: step left together on the '&' count and start again from count 1 (12:00)**

**ENDING : You will end with count 1-4 of section 3, replace the coaster step with:**

- 3&4 Step left back, turn ½ right and step right forward, step left forward

<http://www.dansenbijria.nl/stepsheets/index.html>