BODY & SOUL

Chorégraphe	Gary O'REILLY (Irlande) – Janvier 2026
Description	En ligne, 48 comptes, 2 murs – 1 TAG
Niveau	Intermédiaire
Musique	Body & Soul - Chris de Sarandy
Intro	8 temps



S1 - TOUCH & HEEL & CROSS & HEEL & WALK, WALK/HITCH & WALK

1&2 Touch PD à côté du PG (1), PD à Droite (&), Tap Talon G dans la diag. avant G (2)
&3&4 Pas PG arrière (&), croiser PD devant PG (3), PG à Gauche (&), Tap Talon D dans la diag. avant D avec ouverture du corps dans la diag. D (4)
&5 1/8 T à Droite et Ball PD à côté du PG (&), pas PG avant (5) 01:30
6,7 Pas PD avant et s'élever sur le Ball avec Hitch genou G (6), rester sur Ball PD avec Hitch genou G (7)
&8 Ball PG à côté du PD (&), pas PD avant (8)

S2 - L MAMBO/SWEEP, BACK, 1/8, CROSS & HEEL & CROSSING SHUFFLE

1&2 Rock PG avant (1), revenir PdC sur PD (&), PG arrière avec Sweep PD vers l'arrière (2)
3,4 Pas PD arrière légèrement croisé derrière PG (3), 1/8 T à Gauche et PG à Gauche (4) 12:00
5&6 Croiser PD devant PG (5), PG à Gauche (&), Tap Talon D dans la diag. avant D (6)
&7&8 Pas PD arrière (&), croiser PG devant PD (7), PD à Droite (&), croiser PG devant PD (8)

S3 - 1/4, PADDLE 1/4, PADDLE 1/4, WALK, PADDLE 1/4, PADDLE 1/4, CROSS SAMBA

1 1/4 T à Droite et PD avant 03:00
2,3 1/4 T à Droite et pointer PG à Gauche (2) 06:00, 1/4 T à Droite et pointer PG à Gauche (3) 09:00
4 Pas PG avant
5,6 1/4 T à Gauche et pointer PD à Droite (5) 06:00, 1/4 T à Gauche et pointer PD à Droite (6) 03:00
7&8 Croiser PD devant PG (7), Rock PG à Gauche (&), revenir PdC sur PD (8)

S4 - CROSS, SIDE, BACK, BACK, SIDE, CROSS, SIDE ROCK, RECOVER 1/4, COASTER STEP

1&2 Croiser PG devant PD (1), PD à Droite (&), 1/8 T à Gauche et PG arrière (2) 01:30
3&4 Pas PD arrière (3), 1/8 T à Gauche et PG à Gauche (&), croiser PD devant PG (4) 12:00
5,6 Rock Ball PG à Gauche (5), revenir PdC sur PD et 1/4 T à Gauche (finir PdC sur PD) (6) 09:00
7&8 Coaster Ball PG arrière (7), Ball PD à côté du PG (&), pas PG avant (8)

S5 - R DOROTHY STEP, WALK, SAILOR 1/2 R, WALK, TRIPLE R-L-R

1,2& Pas PD dans la diag. avant D (1), Lock PG derrière PD (2), pas PD dans la diag. avant D (&)
3 Pas PG dans la diag.avant G
4&5 Sailor croiser PD derrière PG (4), 1/4 T à D et PG à Gauche (&) 12:00, 1/4 T à D et PD avant (5) 03:00
6 Pas PG avant (6)
7&8 Triple 1/2 T à Gauche et PD arrière (7) 09:00, 1/2 T à Gauche et PG avant (&) 03:00, pas PD avant (8)

S6 - STOMP, KICK, OUT OUT IN CROSS, PRESS/LUNGE, RECOVER 1/4, PADDLE 1/4, PADDLE 1/4

1,2 Stomp PG à côté du PD (1), Kick PD avant (2)
&3&4 PD OUT à Droite (&), PG OUT à Gauche (3), PD IN (&), croiser PG devant PD (4)
5,6 Press/lunge PD à Droite (en regardant vers l'arrière) (5), revenir en 1/4 T à Gauche et PG avant (6) 12:00
7,8 1/4 T à Gauche et pointer PD à Droite (7) 09:00, 1/4 T à Gauche et pointer PD à Droite (8) 06:00

TAG à la fin du MUR 2 face à 12H

WALK, PADDLE 1/4, PADDLE 1/4, WALK, PADDLE 1/4, PADDLE 1/4, TOUCH, HOLD
1 Pas PD avant
2,3 1/4 T à Droite et pointer PG à Gauche (2) 03:00, 1/4 T à Droite et pointer PG à Gauche (3) 06:00
4 Pas PG avant
5,6 1/4 T à Gauche et pointer PD à Droite (5) 03:00, 1/4 T à Gauche et pointer PD à Droite (6) 12:00
7,8 Touch PD à côté du PG (7), HOLD (8)

FINAL après 16 comptes sur le MUR 6 face à 06H, ajouter Unwind 1/2 T à Droite et PD avant