



# BELLES ! BELLES ! BELLES !

Chorégraphie de Martine CANONNE (FR-mars 2017)

**Descriptions** : **phrasée** : Intro - A (16) – TAG – B – A – TAG – B – A – TAG – B – B – B ...  
2 murs, line-dance, novice/inter, 3 TAGS **Départ** : pré intro de 16 temps  
**Musique** : "Belles ! Belles ! Belles !" de M. POKORA (Album "My Way")

## **INTRO (4 fois) : OUT-OUT, IN-IN, STEP TURN X2**

- 1 – 4 Poser le PD à D, poser le PG à G, poser le PD derrière, poser le PG à côté du PD  
5 – 8 Poser le PD devant, 1/2 T à G, poser le PD devant, 1/2 T à G

## **A**

### **1 – 8 STEP-HEEL BOUNCES 1/4 TURN L, SAILOR STEP L, SAILOR STEP R, BEHIND-SIDE-CROSS**

- 1 & 2 Poser PD devant, lever et rabaisser les talons D&G en faisant un 1/4 T à G (09 :00)  
3 & 4 Poser le PG derrière le PD, poser le PD à D, poser le PG à G  
5 & 6 Poser le PD derrière le PG, poser le PG à PG, poser le PD à D  
7 & 8 Poser le PG derrière le PD, poser le PD à D, croiser le PG devant le PD

### **9 – 16 SCISSOR CROSS, HIP BUMPS, HIP BUMPS 1/4 TUR L, HIP BUMPS 1/2 TURN L**

- 1 & 2 Poser le PD à D, rassembler le PG à côté du PD, croiser le PD devant le PG  
3 & 4 Poser le PG à G en faisant coup de hanches à G, puis D, puis G (PDC sur PG)  
5 & 6 1/4 T à G en posant le PD à D avec un coup de hanches à D, puis G, puis D (PDC sur PD) (06 :00)  
7 & 8 1/2 T à G en posant le PG devant avec un coup de hanches à G, puis D, puis G (PDC sur PG) (12 :00)

**\*\* MUR mur 1 : insertion du TAG puis aller directement sur la partie B**

### **17 – 24 ROCKING CHAIR, TRIPLE FWD, ROCKING CHAIR, TRIPLE FWD**

- 1&2& Poser le PD devant, revenir en appui sur le PG, poser le PD derrière, revenir en appui sur le PG  
3 & 4 Poser le PD devant, rassembler le PG à côté du PD, poser le PD devant  
5&6& Poser le PG devant, revenir en appui sur le PD, poser le PG derrière, revenir en appui sur le PD  
7 & 8 Poser le PG devant, rassembler le PD à côté du PG, poser le PG devant

## **B**

### **1 – 8 TRIPLE DIAGONAL R, 3/8 TURN L WITH TRIPLE FWD, KICK-BALL-POINT L & R**

- 1 & 2 Poser le PD dans la diagonale D, poser le PG à côté du PD, poser le PD dans la diagonale D  
3 & 4 3/8 T à G en posant le PG devant, rassembler le PD à côté du PG, poser le PG devant (03 :00)  
5 & 6 Coup de pied PD devant, rassembler le PD à côté du PG, toucher la pointe du PG à G (corps ouvert 04 :30)  
7 & 8 Coup de pied PG devant, rassembler le PG à côté du PD, toucher la pointe du PD à D (corps ouvert 01 :30)

### **9 – 16 TRIPLE DIAGONAL L, 1/4 TURN TRIPLE BACK L, 1/8 TURN R WITH TRIPLE SIDE, TRIPLE L FORWARD**

- 1 & 2 Poser le PD dans la diagonale G, rassembler le PG à côté du PD, poser le PD dans la diagonale G (01 :30)  
3 & 4 1/4 T à D en posant le PG derrière, rassembler le PD à côté du PG, poser le PG derrière (04 :30)  
5 & 6 1/8 T à D en posant le PD à D, rassembler le PG à côté du PD, poser le PD à D (06 :00)  
7 & 8 Poser le PG devant, rassembler le PD à côté du PG, poser le PG devant

### **17 – 24 TOUCH R & L & R FWD, HEEL SPLIT, COASTER STEP, STEP TURN**

- 1 & 2** Toucher pointe PD devant (1), rassembler PD à côté PG (&), toucher pointe PG devant (2), rassembler PG à côté PD (&)  
**3 & 4** Toucher pointe PD devant (3), écarter talons D&G à l'extérieur, remettre talons D&G à l'intérieur (PDC PG)  
**5 & 6** Poser le ball du PD derrière, rassembler le ball du PG à côté du PD, poser le PD devant  
**7 – 8** Poser le PG devant, ½ T à D (PDC PD) (12 :00)

### **25 – 32 TRIPLE ½ TURN R, COASTER STEP, STEP TURN, STEP TURN STEP**

- 1 & 2** ¼ T à D en posant le PG à G, rassembler le PD à côté du PG, ¼ T à D en posant le PG derrière (06 :00)  
**3 & 4** Poser le ball du PD derrière, rassembler le ball du PG à côté du PD, poser le PD devant  
**5 – 6** Poser le PG devant, ½ T à D (12 :00)  
**7 & 8** Poser le PG devant, ½ T à D, poser le PG devant (PDC sur PG) (06 :00)

**TAG :** correspond à la partie lente de la musique (après chaque « A » sauf 1<sup>er</sup> après le comte 16)

### **1 – 8 STEP, HOLD, ½ TURN L, HOLD, JAZZ BOX, TOGETHER**

- 1 – 4** Poser le PD devant, pause, ½ T à G, pause (PDC sur PG)  
**5 – 8** Croiser le PD devant le PG, poser le PG derrière, poser le PD à D, rassembler le PG à côté du PD

**RECOMMENCER AU DEBUT**



**AVEC LE SOURIRE**



Conventions : D = droite, G = gauche, PD = pied droit, PG = pied gauche, PDC = poids du corps

*Merci de ne pas modifier ces pas de danse. Si vous souhaitez les mettre sur votre site web, merci d'utiliser ce format.*

<http://danseavecmartineherve.fr/>

 @MG