

# CAUGHT IN THE ACT



Chorégraphe : Ann WOOD - Frodsham , ANGLETERRE / Février 2004

LINE Dance : 64 temps - 4 murs

Niveau : novice

Musique : **Who's been sleeping in my bed - Glenn FREY - BPM 112/WCS Ternaire**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 3 / 2015

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

## Introduction : 16 + 16 temps

*KICK BALL CROSS X 2, SIDE ROCK, RECOVER, SAILOR*

- 1&2 KICK BALL CROSS D : KICK PD avant ↗ - pas BALL PD à côté du PG - CROSS PG devant PD ↗  
3&4 KICK BALL CROSS D : KICK PD avant ↗ - pas BALL PD à côté du PG - CROSS PG devant PD ↗  
5.6 ROCK STEP latéral D côté D , revenir sur PG côté G  
7&8 SAILOR STEP D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD côté D

*KICK BALL CROSS X 2, SIDE ROCK, RECOVER, SAILOR & 1/4 LEFT*

- 1&2 KICK BALL CROSS G : KICK PG avant ↖ - pas BALL PG à côté du PD - CROSS PD devant PG ↖  
3&4 KICK BALL CROSS G : KICK PG avant ↖ - pas BALL PG à côté du PD - CROSS PD devant PG ↖  
5.6 ROCK STEP latéral G côté G , revenir sur PD côté D  
7&8 SAILOR STEP G : CROSS PG derrière PD - **1/4 de tour G** . . . pas PD côté D - pas PG avant

*ROCK FORWARD, RECOVER, COASTER, ROCK FORWARD, RECOVER, SHUFFLE BACK, & 1/2 LEFT*

- 1.2 ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière  
3&4 COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant  
5.6 ROCK STEP G avant , revenir sur PD arrière  
7&8 SHUFFLE G arrière : pas PG arrière - pas PD à côté du PG - **1/2 tour G** . . . pas PG avant - **3:00** -

*ROCK FORWARD, RECOVER, BALL ROCK FORWARD, RECOVER, SHUFFLE BACK, ROCK BACK, RECOVER*

- 1.2 ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière  
&3.4 SWITCH : pas PD à côté du PG - ROCK STEP G avant , revenir sur PD arrière  
5&6 SHUFFLE G arrière : pas PG arrière - pas PD à côté du PG - pas PG arrière  
7.8 ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant

*POINT, HOLD, BALL POINT, HOLD, HEEL SWITCHES X 2, STEP, 1/4 LEFT PIVOT*

- 1.2 TOUCH pointe PD côté D - **HOLD**  
&3.4 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH pointe PG côté G - **HOLD**  
&5 SWITCH : pas PG à côté du PD - TOUCH talon D avant  
&6 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G avant  
&7.8 SWITCH : pas PG à côté du PD - pas PD avant - 1/4 de tour PIVOT vers G (*appui PG*) - **12:00** -

*CROSS SHUFFLE, SIDE, 1/2 RIGHT HINGE, CROSS ROCK, RECOVER, SHUFFLE LEFT*

- 1&2 CROSS SHUFFLE D vers G ↖ : CROSS PD devant PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG  
3.4 **1/4 de tour D** , sur BALL PD . . . pas PG arrière - **1/4 de tour D** , sur BALL PG . . . pas PD à côté du PG  
5.6 CROSS ROCK STEP G devant , revenir sur PD derrière  
7&8 SHUFFLE G latéral : pas PG côté G - pas PD à côté du PG - pas PG côté G

*CROSS, TOUCH, SLOW HEEL JACKS WITH HOLDS*

- 1.2 CROSS PD devant PG - TOUCH pointe PG derrière talon D  
&3.4 SWITCH : pas PG à côté du PD - TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗ - **HOLD**  
&5.6 SWITCH : pas PD à côté du PG - CROSS PG devant PD - **HOLD**  
&7.8 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G sur diagonale avant G ↖ - **HOLD**

*BALL CROSS, 1/4 RIGHT, COASTER, STEP, STEP, SHUFFLE FORWARD*

- &1.2 SWITCH : pas PG à côté du PD - CROSS PD devant PG - **1/4 de tour D** . . . pas PG arrière  
3&4 COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant  
5.6 2 pas avant : pas PG avant - pas PD avant [**Option FULL TURN à G**]  
7&8 SHUFFLE G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant