



# CAUGHT IN THE ACT

**Chorégraphe :** Ann WOOD – Frodsham, ANGLETERRE / Février 2004

**Source :** SPEED'IRENE

**Niveau :** Novice

**Description :** 64 temps - 4 murs

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

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 2 / 2012

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 sur diagonale avant D ↗ - pas BALL PD à côté du PG - CROSS PG devant PD
- 3&4** *KICK BALL CROSS D* : KICK PD sur diagonale avant D ↗ - 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 sur diagonale avant G ↖ - pas BALL PG à côté du PD - CROSS PD devant PG
- 3&4** *KICK BALL CROSS G* : KICK PG sur diagonale avant G ↖ - 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

*Suite page suivante ...*

## **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** Pas PG à côté du PD - TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗ - **HOLD**  
**&5.6** Pas PD à côté du PG - CROSS PG devant PD - **HOLD**  
**&7.8** 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** 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 [ **Optional FULL TURN à G** ]  
**7&8** SHUFFLE G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant