

# Lay You Down Easy (Fr)

LINEDANCE.COM

**Count:** 32                      **Wall:** 2                      **Level:** Novice

**Choreographer:** " Suzi Beau " Suzan BEAUMONT - U. K. / Juin 2016

**Music:** Lay You Down Easy - MAGIC & Sean PAUL - BPM 90

**Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 6 / 2016**

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

**Introduction : 8 temps, commencez à danse sur les mots "I know you don't believe me"**

**RIGHT COASTER STEP, STEP ¼ CROSS, CHASSÉ RIGHT, BACK ROCK SIDE**

**1&2COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant**

**3&4pas PG avant - 1/4 de tour PIVOT vers D ( appui PD ) - CROSS PG devant PD**

**5&6SHUFFLE D latéral : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD côté D**

**7&8ROCK STEP G arrière , revenir sur D avant - pas PG côté G**

**BEHIND ¼ LEFT FORWARD, LEFT SHUFFLE, RIGHT MAMBO KICK BACK KICK BACK**

**1&2BEHIND-1/4 TURN-STEP : CROSS PD derrière PG - 1/4 de tour G . . . pas PG avant - pas PD avant**

**3&4SHUFFLE G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant**

**5&6MAMBO STEP D avant syncopé : ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière - pas PD arrière**

**&7KICK PG avant - pas PG arrière**

**&8KICK PD avant - pas PD arrière**

**COASTER ¼ RIGHT MAMBO ½ TURN ¾ RIGHT CROSS SHUFFLE**

**1&2COASTER STEP G : reculer BALL PG - 1/4 de tour D . . . reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant**

**3&4ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière - 1/2 tour D , sur BALL PG . . . pas PD avant**

**5.6 1/2 tour D . . . . pas PG arrière - 1/4 de tour D . . . . pas PD côté D**

**7&8 CROSS SHUFFLE G vers D : CROSS PG devant PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD**

**BUMP & SIDE, SAILOR STEP, TOUCH BEHIND UNWIND, SHUFFLE 1/2 HITCH**

**1&2 pas PD côté D . . . . HIPS à D □ " UP " - HIPS à G □ - HIPS à D □ ( appui PD )**

**3&4 SAILOR STEP G : CROSS BALL PG derrière PD - pas BALL PD côté D - pas PG côté G**

**5.6 TOUCH pointe PD arrière - UNWIND . . . . 1/2 tour D ( appui PD )**

**7&8 SHUFFLE G , 1/2 tour D : 1/4 de tour D . . . . pas PG côté G - pas PD à côté du PG . . . . .  
1/4 de tour D . . . . pas PG arrière**

**&HITCH genou D devant**