

CHOREGRAPHIES STEP

	VIDEO 1	VIDEO 2	VIDEO 3	VIDEO 4
STEP	MOBILE DUREE	BLOCS STYLE GARCONS	MOBILE INTENSITE	MOBILE COORDINATION
BLOC 1	- Basic-Vstep - 3 genoux - Basic-Vstep - 3 genoux	-idem durée ou intensité	- run run-Vstep - 3 genoux+impulsion - run run-Vstep - 3 genoux+impulsion	- Basic-Vstep - Lstep - Basic-Vstep - Lstep
BLOC 2	- Genou-side - Chassé-mambo X2 (derrière le step) - Cheval-mambo - side-genou	- Genou-side - Squat-chassé traverse - Squat- retour dvt step - Hélicoptère+1 genou	- Genou+impulsion-side - Chassé-mambo X2 (derrière le step) - Cheval-mambo - Side-genou + impulsion	- Genou-side contre tps - Chassé-mambo X2 - Cheval reverse-revenir - Side contre tps-genou
BLOC 3	- Jazz square-basic - Reverse-Vstep - Monte- Dégage-dégage sur step-descend - Kick-mambo	- Jazz square-basic - 1 Fente D lent - 1 Fente G lent - monte- dégage-dégage - descend	- Jazz square-run run - Reverse-Vstep - Monte- Dégage-dégage à coté step-descend - double Kick-mambo	- Jazz square coté step-traverse contre tps - Reverse- Vstep - Monte-dégage-dégage over step-descend - Kick-pivot turn

Enchaînement blocs 1, 2, 3 pied D, puis blocs 1, 2, 3 pied G.