



Go Greased Lightning

Musique :

« Greased Lightning »
par John Travolta
Glee

Niveau :

Intermédiaire

Chorégraphe :

Michele Burton & Michael Barr

Description :

1 mur
Phrasée

Séquence :

A-B-A-B-Mini A-Mini A-C-Mini A-Mini A-C-B

INTRO : sur chaque «beat» après chaque phrase, il y a une « pose » à prendre et à garder.
It's automatic...Pose : bras D tendu vers le haut, index D pointé vers le ciel, poing G sur la hanche G, pieds écartés, genou D plié, jambe G tendue
It's systematic ... Pose : tirez et ramenez les bras repliés vers vous à hauteur de la taille, de chaque côté du corps, coudes vers l'arrière, poings fermés, pieds écartés, les 2 jambes tendues
It's hy...dromatic... Pose : rouler des hanches sur « hydromatic »; écarter les 2 bras de chaque côté en « T »sur le dernier beat
Why...It's Greased Lightning - Sur les mots :
Greased-Light-ning : effectuer devant vous un large cercle du bras G tendu, dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, partant de la G vers le bas puis remontez-le par la Dte puis vers le haut ; continuer le cercle vers la G et le bas et terminez en rejoignant les 2 bras tendus vers la Dte (durant tout ce temps, le bras D reste tendu vers la Dte) [Note perso : c'est comme si jouiez un gros riff de guitare !!!]
Sur les 3 beats suivants : repliez progressivement le bras vers la G, en 3 mouvements saccadés, coude G tourné vers la G (comme pour tirer à l'arc)

PART A

Triple step side Right, Rock Step, Triple step side Left, Rock Step
 1&2 : shuffle D vers la Dte (pas PD à Dte, PG rejoint PD, pas PD à Dte)
 3-4 : rock step G vers l'arrière (pas PG derrière, remettre poids sur PD)
 5&6 : shuffle G vers la G (pas PG à G, PD rejoint PG, pas PG à G)
 7-8 : rock step D vers l'arrière (pas PD derrière, remettre poids sur PG)

Triple step On Right Diagonal/Left Diagonal, Vaudeville Walks

1&2 : shuffle D vers l'avant diag. Dte (pas PD en av. diag. D, PG rejoint PD, pas PD en av. diag. D)
 3&4 : shuffle G vers l'avant diag. G (pas PG en av. diag. G, PD rejoint PG, pas PG en av. diag. G)
 5 à 8 : poser PD devant en twistant les 2 talons à G ; puis poser PG} le tout devant en twistant les 2 talons à Dte } 2 fois

Step, Touch, ½ Turn, Touch, Step, Touch, ½ Turn, Touch

1-2 : poser PD devant ; puis touch PG près de PD
 3-4 : poser PG devant avec ½ T à G ; puis touch PD près de PG
 5 à 8 : répéter comptes 1 à 4



Go Greased Lightning

Musique :

« Greased Lightning »
par John Travolta
Glee

Niveau :

Intermédiaire

Chorégraphe :

Michele Burton & Michael Barr

Description :

1 mur
Phrasée

Séquence :

A-B-A-B-Mini A-Mini A-C-Mini A-Mini A-C-B

Jump Up, Clap, Jump Back, Clap, Toe Heel Rt Diagonal, Toe Heel, Left Diagonal
&1-2 : poser PD devant (&) puis PG devant (25) ; puis marquer une pause+clap des mains
&3-4 : poser PD derrière (&) puis PG derrière (27) ; puis marquer une pause+clap des mains
5-6 : toe strut (poser la pointe du pied puis le talon) PD en avant diag. Dte } + clic des doigts sur
7-8 : toe strut PG en avant diag. G } le 2ème temps (en abaissant le talon)

Cross Hold, Side Hold, Cross Back Side, Hold

1-2 : croiser PD devant PG ; puis marquer une pause (balancer les bras à Dte)
3-4 : poser PG à G ; puis marquer une pause (balancer les bras à G)
5-6 : croiser PD devant PG ; puis poser PG derrière
7-8 : poser PD à Dte ; puis marquer une pause

Cross Hold, Side Hold, Cross Back Side Together - With shimmies

1-2 : croiser PG devant PD ; puis marquer une pause (balancer les bras à G)
3-4 : poser PD à Dte ; puis marquer une pause (balancer les bras à Dte)
5-6 : croiser PG devant PD ; puis poser PD derrière } avec des « shimmies »
7-8 : poser PG à G ; puis PD rejoint PG } (secouer les épaules)

Out Together, Out Together (Jumping jacks), Run (slightly) Forward

1 à 4 : sauter pour écarter les pieds ; puis sauter pour rejoindre les pieds } le tout 2 fois
53
5&5& : } courir un peu en avant sur la plante des pieds, en
7&8& : } commençant par le PD (8 pas en tout) ; finir pieds joints

PART B (Note : pour les comptes 1 à 32, vous pouvez vous inspirer du film !)

Right Hand Moves, Arm Movement In, Up, In, Out

1 : sauter pour écarter les pieds, tout en tendant le bras à Dte, index pointé + regarder à Dte
2 à 8 : plier et déplier les genoux d'un mouvement rapide (knee bounce) tout en ramenant le bras D devant soi, bras tendu parallèle au sol (+ tête suit mouvement du bras)
1-2 : ramener le bras D plié sur soi ; puis tendre le bras D vers le haut, poing fermé
3-4 : ramener le bras D plié sur soi ; puis tendre le bras D vers la Dte
5 à 8 : répéter comptes 1 à 4 (Note : sur les comptes 1 à 8, vous pouvez balancer les hanches en rythme.)

Left Hand Moves, Arm Movement In, Up, In, Out

1 à 8 : knee bounce + tendre le bras à G, index pointé et ramener le progressivement au centre, toujours tendu et parallèle au sol (+ tête suit mouvement du bras)
1-2 : ramener le bras G plié sur soi ; puis tendre le bras G vers le haut, poing fermé
3-4 : ramener le bras G plié sur soi ; puis tendre le bras G vers la G
5 à 8 : répéter comptes 1 à 4
(Note : sur les comptes 5 à 8, vous pouvez balancer les hanches en rythme.)



Go Greased Lightning

Musique :

« Greased Lightning »
par John Travolta
Glee

Niveau :

Intermédiaire

Chorégraphe :

Michele Burton & Michael Barr

Description :

1 mur
Phrasée

Séquence :

A-B-A-B-Mini A-Mini A-C-Mini A-Mini A-C-B

Arm Poses To Beat

1 à 3 : ramener les bras, coudes vers le sol, poings fermés ; tendez les 2 bras vers le haut puis écartez-les de chaque côté, en « T »

4-5 : marquer une pause sur 2 temps

6-7 : tendez les 2 bras devant vous ; puis ramenez-les repliés vers vous à hauteur de la taille, de chaque côté du corps, coudes vers l'arrière

8 : marquer une pause

Shoulder Drops, Step In Place

1 à 4 : rouler l'épaule Dte, la G, la Dte, la G

5&6& : } courir un peu en arrière sur la plante des pieds, en

7&8& : } commençant par le PD (8 pas en tout) ; finir pieds joints (Note : les poings restent fermés.)

(Note 2 : pour les comptes 1 à 8, bras restent dans la position pliés hauteur de la taille.)

PART C Modified Hand Jives

1-2 : slap des 2 mains sur les cuisses ; puis clap des mains

3-4 : croiser la main Dte au dessus de la G, puis inversement

5-6 : poser le poing D au-dessus du G, puis inversement

7-8 : lancer le pouce D au-dessus de l'épaule Dte, puis le pouce G au dessus de l'épaule G (façon « auto-stoppeur »)

& : sauter ½ T à G sur les 2 pieds

Répétez encore 3 fois la partie C.