



# FREE & EASY

Choregraphe : Malcolm & Viv Owen  
Débutant

## Séquence 1

### Pigeon Toes (Heel Split) – Toe Struts – Pivot Turn

1-2	Écarter Talons	PD-PG écartent les talons (pointes jointes), PD-PG ramènent talons l'un contre l'autre
3-4	PD avance Plante-Talon	PD pose plante du pied devant, PD pose talon au sol sur place
5-6	PG avance Plante-Talon	PG pose plante du pied devant, PG pose talon au sol sur place
7-8	Pivot 1/4 tour G	PD pose devant, PG reprend PdC sur place après 1/4 tour à G

## Séquence 2

### Jazz Box – Left Grapevine (Stroll)

1-2	Croiser-Reculer	PD pose croisé devant PG, PG recule
3-4	Poser côté, Toucher	PD pose sur le côté D, PG pose plante près du PD
5-6	Avancer-Derrière	PG avance en diagonale, PD pose croisé derrière PG
7-8	Côté-Stomp	PG pose à G, PD frappe le sol près du PG

Conventions : PD= Pied Droit – PG=Pied Gauche – D=Droite – G=Gauche – PdC = Poids du corps

## Musique recommandée

<b>Chorégraphe</b>	Silver Wings	Memphis Roots
<b>Alternatives</b>	Silver Wings	Aaron Watson Pam Tillis Merle Haggard Freddy Fender Charley Pride M Haggard & W Nelson
<b>Proposition</b>	That's How I Got to Memphis	Darryl Dodd