

Chorégraphe : Ria VOS - Rotterdam, HOLLANDE / Février 2011

LINE Dance : 64 temps - 4 murs

Niveau : novice / intermédiaire

Musique : **Shambala - Dr. VICTOR & The RASTA REBELS - BPM 126**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 4 / 2014

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

## Introduction : 48 temps

### *KICK/POINT DIAGONAL. FORWARD, SIDE POINT, 1/4 TURN RIGHT, 1/4 TURN RIGHT, SAILOR RIGHT, SAILOR LEFT*

- 1.2 KICK-CROSS PD ou TOUCH pointe PD sur diagonale avant G ↖ - TOUCH pointe PD côté D  
 3.4 **1/4 de tour D**.... pas PD avant - **1/4 de tour D**.... pas PG côté G - **6 : 00** -  
 5&6 SAILOR STEP D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD côté D  
 7&8 SAILOR STEP G : CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - pas PG côté G

### *KICK/POINT DIAGONAL. FORWARD, SIDE POINT, 1/4 TURN RIGHT, 1/4 TURN RIGHT, SAILOR RIGHT, SAILOR LEFT 1/4 TURN LEFT*

- 1.2 KICK-CROSS PD ou TOUCH pointe PD sur diagonale avant G ↖ - TOUCH pointe PD côté D  
 3.4 **1/4 de tour D**.... pas PD avant - **1/4 de tour D**.... pas PG côté G - **12 : 00** -  
 5&6 SAILOR STEP D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD côté D  
 7&8 SAILOR STEP G : **1/4 de tour G**.... CROSS PG derrière PD - pas PD à côté du PG - pas PG avant - **9 : 00** -

### *STEP, PIVOT 1/2 TURN LEFT, SHUFFLE FORWARD, 1/2 TURN RIGHT STEP BACK, 1/4 TURN RIGHT, CROSS ROCK*

- 1.2 pas PD avant - 1/2 tour PIVOT vers G (*appui PG*) - **3 : 00** -  
 3&4 SHUFFLE D avant : pas PD avant - pas PG à côté du PD - pas PD avant  
 5.6 **1/2 tour D**.... pas PG arrière - **1/4 de tour D**.... pas PD côté D - **12 : 00** -  
 7.8 CROSS ROCK STEP G devant, revenir sur PD derrière

### *& TOUCH & BUMP, & HEEL & TOUCH 1/4 TURN LEFT, & HEEL-HOOK-HEEL, & TOUCH & BUMP*

- &1 petit pas PG sur diagonale arrière G ↙ - TAP pointe PD à côté du PG  
 &2 BUMP HIPS D-up sur diagonale avant D ↗, revenir PG sur diagonale arrière G ↙ (*appui PG*)  
 &3&4 petit pas PD arrière - TOUCH talon G avant - **9 : 00** - **1/4 de tour G**.... pas PG avant - TAP pointe PD à côté du PG  
 &5&6 petit pas PD arrière - TOUCH talon G avant - HOOK PG devant cheville D - TOUCH talon G avant  
 &7 petit pas PG sur diagonale arrière G ↙ - TAP pointe PD à côté du PG  
 &8 BUMP HIPS D-up sur diagonale avant D ↗, revenir PG sur diagonale arrière G ↙ (*appui PG*)

**RESTART : ici, sur le 2<sup>ème</sup> mur, après 32 temps, reprendre la DANSE au début - 6 : 00 -**

### *RIGHT STEP & BUMP FORWARD, STEP PIVOT 1/2 TURN RIGHT, LEFT STEP & BUMP FORWARD, STEP PIVOT 1/4 TURN LEFT*

- 1&2 pas PD avant.... BUMP HIPS avant D ↗, revenir arrière G ↙ - pas PD avant  
 3.4 pas PG avant - 1/2 tour PIVOT vers D (*appui PD*) - **3 : 00** -  
 5&6 pas PG avant.... BUMP HIPS avant G ↖, revenir arrière D ↘ - pas PG avant  
 7.8 pas PD avant - 1/4 de tour PIVOT vers G (*appui PG*) - **12 : 00** -

### *CROSS SHUFFLE, 1/2 TURN LEFT, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK, & SIDE ROCK*

- 1&2 CROSS SHUFFLE D vers G : CROSS PD devant PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG  
 & UNWIND.... détourné **1/2 tour G** (*appui PD*) - **6 : 00** -  
 3&4 CROSS SHUFFLE G vers D : CROSS PG devant PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD  
 5.6& ROCK STEP latéral D côté D, revenir sur PG côté G - pas PD à côté du PG  
 7.8 ROCK STEP latéral G côté G, revenir sur PD côté D

### *LEFT STEP & BUMP FORWARD, STEP PIVOT 1/2 TURN LEFT, RIGHT STEP & BUMP FORWARD, STEP PIVOT 1/4 TURN RIGHT*

- 1&2 pas PG avant.... BUMP HIPS avant G ↖, revenir arrière D ↘ - pas PG avant  
 3.4 pas PD avant - 1/2 tour PIVOT vers G (*appui PG*) - **12 : 00** -  
 5&6 pas PD avant.... BUMP HIPS avant D ↗, revenir arrière G ↙ - pas PD avant  
 7.8 pas PG avant - 1/4 de tour PIVOT vers D (*appui PD*) - **3 : 00** -

### *CROSS SHUFFLE, 1/2 TURN RIGHT CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK, & SIDE ROCK*

- 1&2 CROSS SHUFFLE G vers D : CROSS PG devant PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD  
 & UNWIND.... détourné **1/2 tour D** (*appui PG*) - **9 : 00** -  
 3&4 CROSS SHUFFLE D vers G : CROSS PD devant PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG  
 5.6& ROCK STEP latéral G côté G, revenir sur PD côté D - pas PG à côté du PD  
 7.8 ROCK STEP latéral D côté D, revenir sur PG côté G

# Shambala



Choreographed by **Ria VOS** (NL) - February 2011

Description : 64 count, 4 wall, Easy Intermediate Line Dance

Music : **Shambala by Dr. VICTOR & The RASTA REBELS** / Album : Greatest Hits

**Intro: 48 counts (± 23 sec.)**

## **KICK/POINT DIAG. FWD, SIDE POINT, ¼ TURN R, ¼ TURN R, SAILOR R, SAILOR L**

- 1-2 R Kick or Point Fwd to Left Diagonal, Point R to Right Side
- 3-4 ¼ Turn Right Step Fwd on R, ¼ Turn Right Step L to Left Side (6:00)
- 5&6 Step R Behind L, Step L to Left Side, Step R to Right Side
- 7&8 Step L Behind R, Step R to Right Side, Step L to Left Side

## **KICK/POINT DIAG. FWD, SIDE POINT, ¼ TURN R, ¼ TURN R, SAILOR R, SAILOR L ¼ TURN L**

- 1-2 R Kick or Point Fwd to Left Diagonal, Point R to Right Side
- 3-4 ¼ Turn Right Step Fwd on R, ¼ Turn Right Step L to Left Side (12:00)
- 5&6 Step R Behind L, Step L to Left Side, Step R to Right Side
- 7&8 Step L Behind R Turning ¼ Left, Step R Next to L, Step Fwd on L (9:00)

## **STEP, PIVOT ½ TURN L, SHUFFLE FWD, ½ TURN R STEP BACK, ¼ TURN R, CROSS ROCK**

- 1-2 Step Fwd on R, Pivot ½ Turn Left (3:00)
- 3&4 Shuffle Fwd Stepping R, L, R
- 5-6 ½ Turn Right Step Back on L, ¼ Turn Right Step R to Right Side (12:00)
- 7-8 Cross Rock L Over R, Recover on L

## **& TOUCH & BUMP, & HEEL & TOUCH ¼ TURN L, & HEEL-HOOK-HEEL, & TOUCH & BUMP**

- &1 Small L Step to Left Back Diagonal, Touch R Next to L
- &2 Bump R Hip Up and to Right Side, Recover (weight on L)
- &3&4 Small Step Back on R, Touch L Heel Fwd (9:00) - Step onto L Turning ¼ Left, Touch R Next to L
- &5&6 Small Step Back on R, Touch L Heel Fwd - Hook L Over R, Touch L Heel Fwd
- &7 Small L Step L to Left Fwd Diagonal, Touch R Next to L,
- &8 Bump R Hip Up and to Right Side, Recover (weight on L) \*\*\*Restart Point

## **R STEP & BUMP FWD, STEP PIVOT ½ TURN R, L STEP & BUMP FWD, STEP PIVOT ¼ TURN L**

- 1&2 Step Fwd on R with Bump Fwd, Recover, Step Weight on R
- 3-4 Step Fwd on L, Pivot ½ Turn Right (3:00)
- 5&6 Step Fwd on L with Bump Fwd, Recover, Step Weight on L
- 7-8 Step Fwd on R, Pivot ¼ Turn Left (12:00)

## **CROSS SHUFFLE, ½ TURN L, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK, & SIDE ROCK**

- 1&2 Cross R Over L, Step L to Left Side, Cross R Over L
- & Unwind ½ Turn Left (weight on R) (6:00)
- 3&4 Cross L Over R, Step R to Right Side, Cross L Over R
- 5-6& Rock R to Right Side, Recover on L, Step R Next to L
- 7-8 Rock L to Left Side, Recover on R

## **L STEP & BUMP FWD, STEP PIVOT ½ TURN L, R STEP & BUMP FWD, STEP PIVOT ¼ TURN R**

- 1&2 Step Fwd on L with Bump Fwd, Recover, Step Weight on L
- 3-4 Step Fwd on R, Pivot ½ Turn Left (12:00)
- 5&6 Step Fwd on R with Bump Fwd, Recover, Step Weight on R
- 7-8 Step Fwd on L, Pivot ¼ Turn Right (3:00)

## **CROSS SHUFFLE, ½ TURN R CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK, & SIDE ROCK**

- 1&2 Cross L Over R, Step R to Right Side, Cross L Over R
- & Unwind ½ Turn Right (weight on L) (9:00)
- 3&4 Cross R Over L, Step L to Left Side, Cross R Over L
- 5-6& Rock L to Left Side, Recover on R, Step L Next to R
- 7-8 Rock R to Right Side, Recover on L

**Restart : One Restart on Wall 2 After Count 32 (6:00)**

**Envoyé par la chorégraphe, lundi 11 décembre 2011 - 15 : 30 -**

<http://www.dansenbijria.nl/stepsheets/index.html>