



BODY & SOUL

Chorégraphe : Gary O'Reilly (IRE) - Janvier 2026

Niveau : Intermédiaire

Descriptif : Danse en ligne - 2 murs - 48 temps - 1 TAG

Musique : Body & Soul - Chris de Sarandy : (iTunes, Amazon & Spotify)

Introduction: 8 comptes

1-8 TOUCH & HEEL & CROSS & HEEL & WALK, WALK/HITCH & WALK

- 1&2 TOUCH PD à côté du PG (1) - pas PD à côté du PD (&) - TAP talon PG sur diagonale avant G ↖ (2)
&3&4 Pas PG arrière (&) - CROSS PD devant PG (3) - pas PG côté G (&) - TAP talon PD sur diagonale avant D ↗ avec ouverture du corps face à la diagonale D (4)
&5 1/8 de tour à D ... pas BALL PD à côté du PG 1H30 (&) - pas PG avant (5)
6-7 Pas PD avant en commençant à vous élever sur BALL PD avec HITCH genou G (6) - continuer le HITCH G pendant le compte suivant (7)
&8 Pas BALL PG à côté du PD (&) - pas PD avant (8)

9-16 L MAMBO/SWEEP, BACK, 1/8, CROSS & HEEL & CROSSING SHUFFLE

- 1&2 MAMBO G avant : ROCK STEP PG avant (1) - revenir sur PD arrière (&) - pas PG arrière avec SWEEP PD d'avant en arrière (2) 1H30
3-4 Pas PD arrière en croisant légèrement derrière PG (3) - 1/8 de tour à G ... pas PG côté G 12H (4)
5&6 VAUDEVILLE : CROSS PD devant PG (5) - pas PG côté G (&) - TAP talon PD sur la diagonale D ↗ (6)
&7&8 Pas PD arrière (&) - CROSS TRIPLE G vers D : CROSS PG devant PD (7) - petit pas PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (8)

17-24 1/4, PADDLE 1/4, PADDLE 1/4, WALK, PADDLE 1/4, PADDLE 1/4, CROSS SAMBA

- 1 1/4 de tour à D ... pas PD avant 3H (1)
2-3 1/4 de tour à D ... POINTE PG côté G 6H (2) - 1/4 de tour à D ... POINTE PG côté G 9H (3)
4 Pas PG avant (4)
5-6 1/4 de tour à G ... POINTE PD côté D 6H (5) - 1/4 de tour à G ... POINTE PD côté D 3H (6)
7&8 CROSS SAMBA D : CROSS PD devant PG (7) - ROCK STEP latéral G côté G (&) - revenir sur PD côté D (8)

25-32 CROSS, SIDE, BACK, BACK, SIDE, CROSS, SIDE ROCK, RECOVER 1/4, COASTER STEP

- 1&2 CROSS PG devant PD (1) - pas PD côté D (&) - 1/8 de tour à G ... pas PG arrière 1H30 (2)
3&4 Pas PD arrière (3) - 1/8 de tour à G ... pas PG côté G 12H (&) - CROSS PD devant PG (4)
5-6 ROCK STEP latéral BALL PG côté G (5) - 1/4 de tour à G ... revenir sur PD arrière 9H (6)
7&8 COASTER STEP G : pas PG arrière (7) - pas PD à côté du PG (&) - pas PG avant (8)

33-40 R DOROTHY STEP, WALK, SAILOR 1/2 R, WALK, TRIPLE R-L-R

- 1-2& DOROTHY STEP D avant : pas PD avant ↗ (1) - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) (2) - petit pas PD sur diagonale avant D ↗ (&)
3 Pas PG sur diagonale avant ↖ (3)
4&5 SAILOR CROSS D 1/2 tour à D : CROSS PD derrière PG (4) - 1/4 de tour à D ... pas PG côté G 12H (&) - 1/4 de tour à D ... pas PD avant 3H (5)
6 Pas PG avant (6)
7&8 1/2 tour à G ... pas PD arrière 9H (7) - 1/2 tour à G ... pas PG avant 3H (&) - pas PD avant (8)

41-48 STOMP, KICK, OUT OUT IN CROSS, PRESS/LUNGE, RECOVER 1/4, PADDLE 1/4, PADDLE 1/4

- 1-2 STOMP PG à côté du PD (1) - KICK PD avant (2)
&3 Pas BALL PD côté D "OUT" (&) - pas BALL PG côté G "OUT" (pieds APART) (3)
&4 Pas PD retour au centre "IN" (&) - CROSS PG devant PD (4)
5-6 PRESS/LUNGE PD côté D (en regardant par-dessus l'épaule D) (5) - 1/4 de tour à G ... prendre appui sur PG avant 12H (6)
7-8 1/4 de tour à G ... POINTE PD côté D 9H (7) - 1/4 de tour à G ... POINTE PD côté D 6H (8)

***Tag :** à la fin du 2^{ème} mur, face à 12H. Ajouter les 8 comptes suivants.

- 1-8 WALK, PADDLE 1/4, PADDLE 1/4, WALK, PADDLE 1/4, PADDLE 1/4, TOUCH, HOLD
1 Pas PD avant (1)
2-3 1/4 de tour à D ... POINTE PG côté G 3H (2) - 1/4 de tour à D ... POINTE PG côté G 6H (3)
4 Pas PG avant (4)
5-6 1/4 de tour à G ... POINTE PD côté D 3H (5) - 1/4 de tour à G ... POINTE PD côté D 12H (6)
7-8 TOUCH PD à côté du PG (7) - HOLD (8)

****FIN :** danser les 16 premiers comptes du 6^{ème} mur puis ajouter ce qui suit : UNWIND 1/2 tour à D ... pas PD avant pour terminer face à 12H.

Source : Copperknob. Traduction et mise en page : HAPPY DANCE TOGETHER Janvier 2026

<https://youtu.be/gkXMSWATIfE?si=MahjrTs4zZQJR3GJ>

Bellegarde-en-Forez 42210 lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>

Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.