



EAST COAST GROOVE

Coreógrafo: Paul McAdam & Nicola Lafferty

Descripción: 64 counts, 2 paredes, Line dance Novice - motion Lilt (ECS)

Música sugerida: 'Love Really Hurts Without You' de Billy Ocean (146 BPM)

Traducido por: Vanessa González (Ness)

Nota: Descripción Oficial del baile de competición de la UCWDC.

Fecha de Cambio 24 de Abril del 2008.

Video: http://es.youtube.com/watch?v=05qPjR_H8Bo

DESCRIPCIÓN DE PASOS

1-8 STEP & KICK & BEHIND & KICK & CROSS, HOLD, UNWIND, BALL CHANGE

- 1 Paso pie izquierdo adelante y ligeramente cruzado por delante del derecho
- 2 Kick pie derecho cruzando por delante del izquierdo
& Hitch de rodilla derecha
- 3 Kick pie derecho detrás
& Hitch de rodilla izquierda
- 4 Kick pie derecho cruzando por delante del izquierdo
& Hitch de rodilla derecha
- 5 Cruza pie derecho por detrás del izquierdo
- 6 Descruza una vuelta entera a la derecha mientras transfieres el peso al pie izquierdo
- 7 Pausa
& Baja la almohadilla del pie derecho al suelo
- 8 Paso pie izquierdo a la izquierda

9-16 TOUCH & HOP TURNS, KICK X 2 & SLIDE

- 1 Touch pie derecho a la derecha, mientras haces hitch con la rodilla derecha
& Hop sobre el pie izquierdo girando $\frac{1}{4}$ a la izquierda
- 2 Paso pie derecho al lado del izquierdo
- 3 Gira $\frac{1}{4}$ a la izquierda y touch punta pie izquierdo a la izquierda
& mientras haces un hitch con la rodilla izquierda, hop sobre pie derecho girando $\frac{1}{4}$ de vuelta a la izquierda
- 4 Paso pie izquierdo al lado del derecho
- 5-6 Gira $\frac{1}{4}$ a la izquierda pivotando sobre pie izquierdo, y kick a baja altura con el pie derecho a la derecha dos veces
- 7 Da un largo paso a la derecha con el pie derecho
- 8 Slide del pie izquierdo hasta el derecho (el peso aún en el derecho)

17-24 SAILOR STEP 1/2 TURN, 2 X 1/2 TURNS, SAILOR STEP, HOLD, BALL CHANGE

- 1 Cruza el pie izquierdo por detrás del derecho



- & Gira 1/4 a la izquierda y Paso pie derecho a la derecha
- 2 Gira 1/4 a la izquierda y Paso adelante pie izquierdo
- 3 Gira 1/2 a la derecha y Paso adelante pie derecho
- 4 Pivota ½ vuelta a la derecha sobre el pie derecho y Paso atrás pie izquierdo
- 5 Cruza el pie derecho por detrás del izquierdo
- & Gira 1/4 a la derecha y Paso pie izquierdo a la izquierda
- 6 Gira 1/4 a la derecha y Paso adelante pie derecho
- 7 Pausa
- & Baja la almohadilla del pie izquierdo al suelo
- 8 Paso pie derecho ligeramente adelante

25-32 TAP HOP STEP, COASTER STEP, TRAVELLING KICK BALLCHANGES

- 1 Tap pie izquierdo detrás del derecho
- & Scoot hacia atrás con el pie derecho
- 2 Paso con el pie izquierdo
- 3 Paso pie derecho atrás
- & Paso pie izquierdo al lado del derecho
- 4 Paso pie derecho adelante
- 5 Touch punta del pie izquierdo a la izquierda mientras haces swivel con el tacón izquierdo hacia el interior
- & Paso atrás sobre la almohadilla del pie izquierdo
- 6 Cruza pie derecho por delante del izquierdo
- 7 Touch punta del pie izquierdo a la izquierda mientras haces swivel con el tacón izquierdo hacia el interior
- & Paso atrás sobre la almohadilla del pie izquierdo
- 8 Cruza pie derecho por delante del izquierdo

33-40 KICKS, STEP DOWN WITH LEAN, STRAIGHTEN UP, HOLD, BALL STEP

- 1-2 De cara a la diagonal izquierda, kick con pie izquierdo adelante dos veces
- 3 Touch pie izquierdo detrás
- 4 Kick con pie izquierdo adelante a gran altura
- 5-6 Mientras bajas el pie izquierdo al suelo inclínate hacia atrás, después incorpórate otra vez mientras dejas el peso completamente sobre el pie izquierdo
- 7 Pausa
- & Paso pie derecho al lado del izquierdo
- 8 Paso pie izquierdo a la izquierda en diagonal

41-48 CROSS TOUCH HOP X 2, CROSS HOLD, UNWIND, 2 X HIP BUMPS, 2 X SAILOR STEPS

- 1 de cara a las 12:00, Cruza pie derecho por delante del izquierdo
- 2 Touch punta del pie izquierdo a la izquierda
- & Hitch de rodilla izquierda mientras haces hop con el pie derecho
- 3 Cruza pie izquierdo por delante del derecho
- 2



- 4 Touch pie derecho a la derecha
& Hitch de rodilla derecha mientras haces hitch con el pie izquierdo
- 5 Cruza pie derecho por delante del izquierdo
- 6 Descruza ½ vuelta a la izquierda, acabando con los pies en segunda posición, el peso en el pie derecho
- 7 Bump de caderas a la izquierda
- 8 Bump de caderas a la derecha

49-56 SAILOR STEPS, SIDE STEP CROSSES WITH KNEE KNOCKS

- 1 Cruza el pie izquierdo por detrás del derecho
& Paso pie derecho a la derecha
- 2 Paso pie izquierdo in place
- 3 Cruza pie derecho por detrás del izquierdo
& Paso pie izquierdo a la izquierda
- 4 Paso pie derecho in place
- &5 Paso pie izquierdo a la izquierda girando las rodillas hacia el exterior, junta de nuevo las rodillas
- &6 cruza el pie izquierdo ligeramente por delante del izquierdo girando las dos rodillas hacia el exterior, junta de nuevo las rodillas
- &7 Paso pie izquierdo a la izquierda girando las dos rodillas hacia el exterior, junta de nuevo las rodillas
- &8 cruza el pie derecho ligeramente por delante del izquierdo, girando las dos rodillas hacia el exterior, junta de nuevo las rodillas

Durante los counts 49-56 estás de cara a las 7.30 pero moviéndote en diagonal hacia las 4.30

57-64 SLOW SKATES THEN QUICK SKATES MAKING FULL TURN

- 1 Gira 1/4 a la izquierda y skate pie izquierdo adelante
- 2 Pausa
- 3 Gira 1/4 a la izquierda y skate pie derecho adelante
- 4 Pausa
- 5 Gira 1/4 a la izquierda y pie izquierdo adelante
- 6 Skate pie derecho adelante
- 7 Gira 1/4 a la izquierda y pie izquierdo adelante
- 8 Skate pie derecho adelante

Los counts 57-64 se realizan en un amplio círculo dando una vuelta completa; debes acabar mirando a las 6:00

TAG: Al final de la pared 2 y 4 hay un tag de 8 tiempos. Repite los últimos 8 counts del baile y vuelve a empezar