

# Soul Food



**Musique** Soul Food (Keith URBAN) 122 bpm  
**Intro** 48 temps (16 temps plus léger + 32 temps plus marqués, et avec des « ouh oh oh » chantés)  
**Chorégraphe** Silvia CHILL (août 2021)  
**Vidéos** Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/c/LillyWEST>  
**Type** 4 murs, 32 temps, East Coast Swing, Débutant / Novice  
**Particularités** 0 Tag, 0 Restart 😊

**Termes**

**Rock Step** (2 temps) : D : 1. Pas D dans la direction indiquée,  
2. Remettre le Poids du Corps (PdC) sur G.

**Cross Triple D** (2 temps) : 1. Croiser D devant G (+ Transfert Poids du Corps vers D),  
*Vous êtes légèrement tournée diagonale Gauche.* &.Petit Pas G à G (donc Transfert PdC vers G),  
2. Croiser D devant G (+ Transfert PdC vers D).

**Triple Step** (2 temps) : D : 1. Pas D dans la direction indiquée (avant, arrière, côté, diagonale...)  
&.Ramener G près de D,  
2. Pas D dans la même direction qu'au premier pas.

**Jazz Box Cross D** (4 temps) : 1. Croiser D devant G (assez loin),  
2. Pas G arrière,  
3. (Follow Through puis) Pas D à D,  
4. (Follow Through puis) Croiser G devant D.

**Follow Through** : Le pied libre passe près du pied d'appui avant de continuer son pas.

**Touch** (1 temps) : Poser la plante du pied indiqué à côté du pied d'appui  
(sans transfert du Poids Du Corps).

**Snap** (1 temps) : Claquer des doigts (une ou deux mains).

## Section 1 : R Side Rock, Cross Triple L Side Rock, Cross Triple,

1 – 2	<b>Rock Step D</b> à D,	12:00
3 & 4	<b>Cross Triple D,</b>	
5 – 6	<b>Rock Step G</b> à G,	
7 & 8	<b>Cross Triple G,</b>	

## S2 : R Side, Behind, 1/4 R & Forward Triple, L Step 1/2 R Pivot, L Forward Triple,

1 – 2	Pas D à D, Croiser G derrière D + Plier légèrement les genoux,	
3 & 4	1/4 tour D + <b>Triple Step D</b> avant,	03:00
5 – 6	Pas G avant, Pivoter 1/2 tour D ( + Transfert PdC D),	09:00
7 & 8	<b>Triple Step G</b> avant,	

## S3 : R Rocking Chair, R Step 1/2 L Pivot, R Step 1/2 L Pivot,

1 – 2	<b>Rock Step D</b> avant,	
3 – 4	<b>Rock Step D</b> arrière,	
5 – 6	Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G (+ PdC G),	03:00
7 – 8	Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G (+ PdC G),	09:00

## S4 : R Jazz Box Cross, Side, Snaps, Side, Snaps.

1 – 2 – 3 – 4	<b>Jazz Box Cross D,</b>	
5 – 6	Pas D à D, <b>Touch G</b> + <b>Snaps</b> des 2 mains,	
7 – 8	Pas G à G, <b>Touch D</b> + <b>Snaps</b> des 2 mains.	

😊 Recommencez du début ... et gardez le sourire !! 😊