

Congrès : 80e  
Danse : 1 mur  
Intro : 4 x 8 temps

## **BAILA ZUMBA (ZUMBA)**

Chorégraphe : Ronald Lacoste

Date : 2 décembre 2023

### **1re partie**

- 1- p.g. av.
- 2- p.d. av.
- 3- p.g. av.
- 4- p.d. av.
- 5- p.g. de côté
- &- p.d. (spl)
- 6- p.g. ass. p.d.
- 7- p.d. de côté
- &- p.g. (spl)
- 8- p.d. ass. p.g.

**Répéter vers arr.**

### **2e partie**

- 1- p.g. de côté
- 2- p.d. ass. p.g.
- 3- p.g. de côté
- 4- p.d. touché p.g.
- 5- p.d. pointé de côté
- 6- p.d. relever genou vers g.
- 7- p.d. pointé de côté
- 8- p.d. relever genou vers g.

**Répéter vers la droite et  
inverser les pieds**

### **3e partie**

- 1- p.g. av. 1/4 t.g.
- 2- p.d. x dev. p.g.
- 3- p.g. x dev. p.d.
- &- p.d. (spl)
- 4- p.g. pointé dev. p.d.
- 5- p.g. x dev. p.d.
- 6- p.d. x dev. p.g.
- 7- p.g. x dev.
- &- p.d. (spl)
- 8- p.g. pointé dev. p.d.

- 1- p.g. av.
- 2- p.d. (spl)
- 3- p.g. arr.
- 4- p.d. (spl)
- 5- p.g. av.
- 6- p.d. spl. 1/2 t.d.
- 7- p.g. ass. p.d.
- 8- p.d. (spl)

### **3e partie (suite)**

- 1- p.g. x dev. p.d.
- 2- p.d. x dev. p.g.
- 3- p.g. x dev. p.d.
- &- p.d. (spl)
- 4- p.g. pointé dev. p.d.
- 5- p.g. x dev. p.d.
- 6- p.d. x dev. p.g.
- 7- p.g. x dev. p.d.
- &- p.d. (spl)
- 8- p.g. pointé dev. p.d.

- 1- p.g. av.
- 2- p.d. (spl)
- 3- p.g. arr.
- 4- p.d. (spl)
- 5- p.g. av.
- 6- p.d. (spl)
- 7- p.g. de côté 1/4 t.g.
- 8- p.d. ass. p.g.

### **4e partie (aux 4 murs)**

- 1- p.g. de côté (mains en haut G)
- 2- p.d. (spl) (mains en haut D)
- 3- p.g. (spl) (mains en bas G)
- 4- p.d. (spl) (mains en bas D)
- 5- p.g. av. 1/8 t.g.
- 6- p.d. av. 1/8 t.g.
- 7- p.g. av.
- 8- p.d. av.

### **MARCHE À SUIVRE**

- ▶ Routine x 2 fois
- ▶ Parties 1 à 3
- ▶ Partie 4 x 2 fois
- ▶ Partie 3
- ▶ **FINALE** :
- 1- p.g. de côté
- 2- p.d. (spl)
- 3- p.g. ass. p.d.