



# Mas Macarena

Musique : Mas Macarena de Gente De Zona ft. Los Del Rio  
 Chorégraphe : Wil Bos (Mai 2017)  
 Type : 48 comptes - 4 murs - 104 bpm  
 Phrasée AA BBB AA BB AA B  
 Niveau : Intermédiaire  
 Intro : 32 comptes

AA BBB AA BB AA B

## PARTIE A : 16 temps

### 1-8 MACARENA MOVEMENTS 1

- 1-2 Hanches à D et tendre bras D devant paume en bas, hanches à G et tendre bras G devant paume en bas  
 3-4 Hanches à D, et tourner main D paume en haut, hanches à G et tourner main G paume en haut  
 5-6 Hanches à D et mettre main D sur épaule G, hanches à G et mettre main G sur épaule D  
 7-8 Hanches à D et mettre main D derrière la tête, hanches à G et mettre main G derrière la tête

### 9-16 MACARENA MOVEMENTS 2

- 1-2 Hanches à D et mettre main D sur hanche G, hanches à G et mettre main G sur hanche D  
 3-4 Hanches à D et mettre main D sur fesse D, hanches à G et mettre main G sur fesse G  
 5-6 Tourner les hanches contre le sens des aiguilles d'une montre  
 7-8 Relâcher les mains et sauter  $\frac{1}{4}$  tour à G 09:00

## PARTIE B : 32 temps

### 1-8 HALF RUMBA BOX, STEP, TOUCH, BACK, SWEEP, BEHIND SIDE CROSS, CHASSE $\frac{1}{4}$ TURN R

- 1&2 PD pas à D, mettre PG à coté PD, PD pas en avant 06:00  
 3&4& PG pas en avant, toucher PD derrière, PD pas en arrière, PG balayer à G et en arrière  
 5&6 Croiser PG derrière PD, PD pas à D, croiser PG devant PD  
 7&8 PD pas à D, mettre PG à coté PD,  $\frac{1}{4}$  tour à D et PD pas en avant 09:00

### 9-16 CHASE $\frac{1}{2}$ TURN R, TRIPLE FULL TURN L, STEP, SCUFF, OUT OUT, TOGETHER, CROSS, SIDE

- 1&2 PG pas en avant,  $\frac{1}{2}$  tour à D, PG pas en avant 03:00  
 3&4  $\frac{1}{2}$  tour à G et PD pas en arrière,  $\frac{1}{2}$  tour à G et PG pas en avant, PD pas en avant 03:00  
 5&6& PG pas en avant, brosser talon PD en avant, PD pas diagonal en avant à D, PG pas à G  
 7&8 Mettre PD à coté PG, croiser PG devant PD, PD pas à D

### 17-24 BACK ROCK, SIDE, SAILOR $\frac{1}{4}$ TURN R, STEP LOCK STEP, MAMBO $\frac{1}{4}$ TURN R

- 1&2 Croiser PG derrière PD, remettre poids sur PD, PG pas à G  
 3&4  $\frac{1}{4}$  tour à D et croiser PD derrière PG, PG petit pas à G, PD petit pas en avant 06:00  
 5&6 PG pas en avant, croiser PD derrière PG, PG pas en avant  
 7&8 PD pas en avant, remettre poids sur PG,  $\frac{1}{4}$  tour à D et PD pas à D 09:00

### 25-32 CROSS SAMBA, 1/8 TURN L, TOUCH, BACK, SWEEP, SAILOR $\frac{1}{2}$ TURN R, 1/8 TURN R SIDE ROCK CROSS

- 1&2 Croiser PG devant PD, PD pas à D, remettre poids sur PG  
 3&4&  $\frac{1}{8}$  tour à G et PD pas en avant, toucher PG derrière, PG pas en arrière, PD balayer à D et en arrière 07:30  
 5&6 Croiser PD derrière PG avec  $\frac{1}{2}$  tour à D, PG petit pas à G, PD petit pas en avant 01:30  
 7&8  $\frac{1}{8}$  tour à D et PG pas à G, remettre poids sur PD, croiser PG devant PD 03:00

Et recommencez... toujours avec le sourire...

DAXTON'S COUNTRY - 40100 DAX ASPTT Rue des Jonquilles -ZAC du Sablar <http://www.daxtons-country.fr>

Traduction par Daxton's Country pour une utilisation dans le cadre de nos manifestations.

Si vous constatez des différences avec l'original du chorégraphe, écrivez nous à [infos@daxtons-country.fr](mailto:infos@daxtons-country.fr)

Page 1 sur 1