

# CAUGHT IN THE ACT



Chorégraphe : Ann WOOD - Frodsham , ANGLETERRE / Février 2004

LINE Dance : 64 temps - 4 murs // **SMOOTH**

Niveau : novice

Musique : **Who's been sleeping in my bed - Glenn FREY - BPM 112/wcs**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 4 / 2009

## Introduction : 16 + 16 temps

### *KICK BALL CROSS X 2, SIDE ROCK, RECOVER, SAILOR*

- 1&2 KICK BALL CROSS D : KICK PD sur diagonale avant D ↗ - pas BALL PD à côté du PG - CROSS PG devant PD  
3&4 KICK BALL CROSS D : KICK PD sur diagonale avant D ↗ - pas BALL PD à côté du PG - CROSS PG devant PD  
5.6 ROCK STEP latéral D côté D, revenir sur PG côté G  
7&8 SAILOR STEP D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD côté D

### *KICK BALL CROSS X 2, SIDE ROCK, RECOVER, SAILOR & 1/4 LEFT*

- 1&2 KICK BALL CROSS G : KICK PG sur diagonale avant G ↖ - pas BALL PG à côté du PD - CROSS PD devant PG  
3&4 KICK BALL CROSS G : KICK PG sur diagonale avant G ↖ - pas BALL PG à côté du PD - CROSS PD devant PG  
5.6 ROCK STEP latéral G côté G, revenir sur PD côté D  
7&8 SAILOR STEP G : CROSS PG derrière PD - 1/4 de tour G.... pas PD côté D - pas PG avant

### *ROCK FORWARD, RECOVER, COASTER, ROCK FORWARD, RECOVER, SHUFFLE BACK, & 1/2 LEFT*

- 1.2 ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière  
3&4 COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant  
5.6 ROCK STEP G avant, revenir sur PD arrière  
7&8 SHUFFLE G arrière : pas PG arrière - pas PD à côté du PG - 1/2 tour G.... pas PG avant - **3:00** -

### *ROCK FORWARD, RECOVER, BALL ROCK FORWARD, RECOVER, SHUFFLE BACK, ROCK BACK, RECOVER*

- 1.2 ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière  
&3.4 SWITCH : pas PD à côté du PG - ROCK STEP G avant, revenir sur PD arrière  
5&6 SHUFFLE G arrière : pas PG arrière - pas PD à côté du PG - pas PG arrière  
7.8 ROCK STEP D arrière, revenir sur PG avant

### *POINT, HOLD, BALL POINT, HOLD, HEEL SWITCHES X 2, STEP, 1/4 LEFT PIVOT*

- 1.2 TOUCH pointe PD côté D - **HOLD**  
&3.4 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH pointe PG côté G - **HOLD**  
&5 SWITCH : pas PG à côté du PD - TOUCH talon D avant  
&6 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G avant  
&7.8 SWITCH : pas PG à côté du PD - pas PD avant - 1/4 de tour PIVOT vers G (appui PG) - **12:00** -

### *CROSS SHUFFLE, SIDE, 1/2 RIGHT HINGE, CROSS ROCK, RECOVER, SHUFFLE LEFT*

- 1&2 CROSS SHUFFLE D vers G ↖ : CROSS PD devant PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG  
3.4 **1/4 de tour D**, sur BALL PD.... pas PG arrière - **1/4 de tour D**, sur BALL PG.... pas PD à côté du PG  
5.6 CROSS ROCK STEP G devant, revenir sur PD derrière  
7&8 SHUFFLE G latéral : pas PG côté G - pas PD à côté du PG - pas PG côté G

### *CROSS, TOUCH, SLOW HEEL JACKS WITH HOLDS*

- 1.2 CROSS PD devant PG - TOUCH pointe PG derrière talon D  
&3.4 pas PG à côté du PD - TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗ - **HOLD**  
&5.6 pas PD à côté du PG - CROSS PG devant PD - **HOLD**  
&7.8 pas PD à côté du PG - TOUCH talon G sur diagonale avant G ↖ - **HOLD**

### *BALL CROSS, 1/4 RIGHT, COASTER, STEP, STEP, SHUFFLE FORWARD*

- &1.2 pas PG à côté du PD - CROSS PD devant PG - **1/4 de tour D**.... pas PG arrière  
3&4 COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant  
5.6 pas PG avant - pas PD avant [**Optional FULL TURN à G**]  
7&8 SHUFFLE G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant

# Caught In The Act

Choreographed by : **Ann WOOD** - 2/2004

Description : 4 wall, 64 count, Easy Intermediate linedance / Bridge/restart : none

Music: **Who's Been Sleeping In My Bed - Glenn Frey** [Solo Collection], 108 b/m

It Don't Get Better Than This - Rodney Crowell [Life Is Messy], 124 b/m

Start : Feet together, weight on left foot // Start on vocals with Glenn Frey /

32 count into – start on the word 'temptress' with Crowell track

## **1-8 - Kick-ball-cross x2, side rock, recover, sailor:**

1&2 Kick RIGHT forward to RIGHT diagonal, step RIGHT beside LEFT, cross LEFT over RIGHT,  
3&4 Kick RIGHT forward to RIGHT diagonal, step RIGHT beside LEFT, cross LEFT over RIGHT,  
5-6 Rock/step RIGHT to RIGHT side, recover weight onto LEFT,  
7&8 Cross RIGHT behind LEFT, step LEFT beside RIGHT, step RIGHT beside LEFT,

## **9-16 - Kick-ball-cross x2, side rock, recover, sailor & 1/4L:**

1&2 Kick LEFT forward to LEFT diagonal, step LEFT beside RIGHT, cross RIGHT over LEFT,  
3&4 Kick LEFT forward to LEFT diagonal, step LEFT beside RIGHT, cross RIGHT over LEFT,  
5-6 Rock/step LEFT to LEFT side, recover weight onto RIGHT,  
7&8 Cross LEFT behind RIGHT, 1/4 turn LEFT & step RIGHT beside LEFT, step LEFT forward,

## **17-24 - Rock fwd, recover, coaster, rock fwd, recover, shuffle back & 1/2L:**

1-2 Rock/step RIGHT forward, recover weight onto LEFT,  
3&4 Step RIGHT back, step LEFT beside RIGHT, step RIGHT forward,  
5-6 Rock/step LEFT forward, recover weight onto RIGHT,  
7&8 Shuffle back (L,R,L) & 1/2 turn LEFT, **[ 3:00 ]**

## **25-32 - Rock fwd, recover, ball-rock fwd, recover, shuffle back, rock back, recover:**

1-2 Rock/step RIGHT forward, recover weight onto LEFT,  
&3-4 Step RIGHT beside LEFT, rock/step LEFT forward, recover weight onto RIGHT,  
5&6 Shuffle back (L,R,L),  
7-8 Rock/step RIGHT back, recover weight onto LEFT,

## **33-40 - Point, hold, ball-point, hold, heel switches x2, step, 1/4L pivot:**

1-2 Touch RIGHT to RIGHT side, hold,  
&3-4 Step RIGHT beside LEFT, touch LEFT to LEFT side, hold,  
&5&6 Step LEFT beside RIGHT, touch RIGHT heel forward, step RIGHT beside LEFT, touch LEFT heel forward,  
&7-8 Step LEFT beside RIGHT, step RIGHT forward, 1/4 pivot turn LEFT, **[ 12:00 ]**

## **41-48 - Cross-shuffle, side, 1/2R hinge, cross rock, recover, shuffle L:**

1&2 Cross RIGHT over LEFT, step LEFT to LEFT side, cross RIGHT over LEFT,  
3-4 Make 1/4 turn RIGHT & step LEFT back, 1/4 turn RIGHT & step RIGHT beside LEFT,  
5-6 Rock/step LEFT over RIGHT, recover weight onto RIGHT,  
7&8 Shuffle to LEFT side (L,R,L),

## **49-56 - Cross, touch, slow heel-jacks with holds:**

1-2 Cross RIGHT over LEFT, touch LEFT toe to RIGHT heel,  
&3-4 Step LEFT beside RIGHT, touch RIGHT heel diagonally forward, hold,  
&5-6 Step RIGHT beside LEFT, cross LEFT over RIGHT, hold,  
&7-8 Step RIGHT beside LEFT, touch LEFT heel diagonally forward, hold,

## **57-64 6 : Ball-cross, 1/4R, coaster, step, step, shuffle fwd:**

&1-2 Step LEFT beside RIGHT, cross RIGHT over LEFT, 1/4 turn RIGHT & step LEFT back,  
3&4 Step RIGHT back, step LEFT beside RIGHT, step RIGHT forward,  
5-6 Walk forward LEFT, RIGHT [Optional full turn LEFT]  
7&8 Shuffle forward (L,R,L).