

# Atomik Polka

**Chorégraphie :** Bastiaan van Leeuwen  
**Description :** Danse en ligne, 4 murs, 64 comptes  
**Niveau :** Intermédiaire  
**Musique :** « Turbo Polka » by Atomik Harmonik (138 bpm / CD: Turbo Polka)  
**Source :** Workshop avec Marlène De Preez, Mirande 2007

- 1-8** **Right shuffle, turn ¼ right, side shuffle, turn ¼ right shuffle back, coaster step**  
1&2 Triple step en avant (DGD)  
3&4 ¼ de tour à droite et triple step vers la gauche (GDG)  
5&6 ¼ right de tour à droite et triple step en arrière (DGD)  
7&8 PG en arrière, PD à côté du PG, PG devant
- 9-16** **Diagonal forward gallops right and left with touches**  
1&2 PD devant, PG à côté du PD, PD devant  
&3-4 PG à côté du PD, PD devant, toucher le PG à côté du PD  
5&6 PG devant, PD à côté du PG, PG devant  
&7-8 PD à côté du PG, PG devant, toucher le PD à côté du PG
- 17-24** **Heel taps, coaster step, heel taps, sailor step turning ¼ left**  
1-2 Toucher le talon droit devant x 2  
3&4 PD en arrière, PG à côté du PD, PD en avant  
5-6 Toucher le talon gauche devant x 2  
7&8 Croiser le PG derrière le PD, ¼ de tour à gauche et poser le PD à droite, PG à côté du PD
- 25-32** **Heel switches forward, clap twice, twice**  
1&2 Toucher le talon droit devant, PD à côté du PG, toucher le talon gauche devant  
&3&4 PG à côté du PD, toucher le talon droit devant, clap, clap  
&5 PD à côté du PG, toucher le talon gauche devant  
&6 PG à côté du PD, toucher le talon droit devant  
&7&8 PD à côté du PG, toucher le talon gauche devant, clap, clap  
& PG à côté du PD
- 33-40** **Shuffles turning ¼ right 4x (full turn)**  
1&2 ¼ de tour à droite puis triple step en avant (DGD)  
3&4 ¼ de tour à droite puis triple step en avant (GDG)  
5&6 ¼ de tour à droite puis triple step en avant (DGD)  
7&8 ¼ de tour à droite puis triple step en avant (GDG)
- 41-48** **Full turn right, touch and clap, full turn left, touch and clap**  
1-2 ¼ de tour à droite et PD en avant, ½ tour à droite et PG en arrière  
3-4 ¼ de tour à droite et PD à droite, toucher le PG à côté du PD (clap)  
5-6 ¼ de tour à gauche et PG en avant, ½ tour à gauche et PD en arrière  
7-8 ¼ de tour à gauche et PG à gauche, toucher le PD à côté du PG (clap)
- 49-56** **Shuffle backward, coaster step, full turn left, step touch**  
1&2 Triple step en arrière (DGD)  
3&4 PG en arrière, PD à côté du PG, PG en avant  
5-6 ½ tour à gauche et poser le PD derrière, ½ tour à gauche et poser le PG devant  
7-8 PD devant, toucher le PG à côté du PD
- 57-64** **Hip bumps, touch, shuffle backward, coaster step**  
1-2 PG à gauche avec hip bump à gauche, hip bump à droite  
3-4 Hip bump à gauche, toucher le PD à côté du PG  
5&6 Triple step en arrière (DGD)  
7&8 PG en arrière, PD à côté du PG, PG en avant

Note : PD = Pied droit, PG = Pied gauche, PDC = Poids Du Corps

Trad. et adapt. MB / [aicirits.country@yahoo.fr](mailto:aicirits.country@yahoo.fr)



Cette fiche est sous licence Creative Commons - Paternité - Partage des conditions initiales à l'identique 2.0 France disponible sur <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/2.0/fr/>