

Adaptable



Chorégraphe : Franck Trace
Type : Danse en ligne
Description : 4 murs, 32 temps
Niveau : Débutant / Intermédiaire
Musiques : Trust yourself par Carlene Carter
 Touch me (all night long) par Cathy Dennis
 My prerogative par Bobby Brown

- 1-8 Kick Ball Heel ¼ Turn, Step, Walk, Walk, Shuffle Fwd, Rock Step**
1&2 PD Kick avant, PD sur place en faisant ¼ de tour à G, PG Talon avant
&3-4 PG assemblé au PD, PD avant, PG avant (09:00)
5&6 PD avant, PG assemblé PD, PD avant
7-8 PG avant, retour sur PD
- 9-16 Coaster Step, Step, Pivot ¼ Turn, Sailor Step, Sailor Step ¼ Turn**
1&2 PG arrière, PD assemblé au PG, PG avant
3-4 PD avant, PG sur place en faisant ¼ de tour à G (06:00)
5&6 PD croisé derrière le PG, PG à G, PD à côté du PG
7& PG croisé derrière le PD avec ¼ de tour à G, PD sur place
8 PG à côté du PD (03:00)
- 17-24 Small Jump Fwd, Hold, Small Jump Back, Hold, Shuffle Fwd, Shuffle Fwd**
&1-2 PD Petit saut avant et PG assemblé au PD - Pause
 Taper des mains ou cliquer des doigts
&3-4 PD Petit saut arrière et PG assemblé au PD - Pause
 Taper des mains ou cliquer des doigts
Sur les sauts, bouger les épaules (Shimmy Shoulders)
5&6 PD avant, PG assemblé au PD, PD avant en avançant en diagonale à D
7&8 PG avant, PD assemblé au PG, PG avant en avançant en diagonale à G
- 25-32 Rock Step, Triple Step ½ Turn, Rock Step, Triple Step ½ Turn**
1-2 PD avant, retour sur PG
3&4 PG Triple Step(DGD) en faisant ½ tour à D (09:00)
5-6 PG avant, retour sur PD
7&8 PG Triple Step(GDG) en faisant ½ tour à G (03:00)

Recommencez au début, en gardant le sourire... et la tête haute !