

Easy come easy go



Chorégraphe : Debbie Moore
Type : Danse en ligne
Description : 4 murs, 40 temps
Niveau : Débutant
Musiques : Any man of mine par Shania Twain
 Hibilly rock, hibilly roll par The Wollpackers
 Any way the wind blows par Brother Phelps

1-8 TOE, HEEL, CROSS, HOLD, TOE, HEEL CROSS, HOLD

- 1 Poser pointe D près du PG en tournant le genou D vers l'intérieur
- 2 Poser talon D près du PG en tournant le genou D vers l'extérieur
- 3-4 Croiser PD devant PG avec PdC sur PD, Pause
- 5 Poser pointe G près du PD en tournant le genou G vers l'intérieur
- 6 Poser talon G près du PD en tournant le genou G vers l'extérieur
- 7-8 Croiser PG devant PD avec PdC sur PG, Pause

9-16 TOE, HEEL, CROSS, HOLD, TOE, HEEL CROSS, HOLD

- 1 Poser pointe D près du PG en tournant le genou D vers l'intérieur
- 2 Poser talon D près du PG en tournant le genou D vers l'extérieur
- 3-4 Croiser PD devant PG avec PdC sur PD, Pause
- 5 Poser pointe G près du PD en tournant le genou G vers l'intérieur
- 6 Poser talon G près du PD en tournant le genou G vers l'extérieur
- 7-8 Croiser PG devant PD avec PdC sur PG, Pause

17-24 LONG STEP BACK, DRAG, PAUSE, STEP, STEP, STEP, TOUCH

- 1-2 Reculer d'un grand pas avec le PD, glissez le PG pour rejoindre le PD
- 3-4 Amener le PG près du PD, pause
- 5-6 Poser PD sur place, Poser PG sur place
- 7-8 Poser PD sur place, Poser la pointe du PG près du PD

25-32 BASIC LEFT, BASIC RIGHT WITH CLAP

- 1-2 PG à G en tournant les épaules de 45° à G, PD près du PG
- 3-4 PG à G en tournant les épaules de 45° à G, Tou ch du PD près du PG + Clap
- 5-6 PD à D en tournant les épaules de 45° à D, PG à côté du PD
- 7-8 PD à D en tournant les épaules de 45° à D, Tou ch du PG près du PD + Clap

33-40 STEP TOUCH, KICK, KICK, STEP BACK, STEP FORWARD, ¼ LEFT, SCUFF

- 1-2 PG à G, Touch PD près du PG et Frapper dans les mains
- 3-4 Donner un coup de pied PD devant (x2)
- 5-6 PD derrière, Touch PG près du PD
- 7-8 ¼ de tour à G sur le PG, Frotter le talon D glissé sur le sol

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

PD = Pied Droit ; PG = Pied Gauche ; D = Droite ; G = Gauche ; PdC = Poids du Corps