One (fr)

Count: 64 **Wand:** 2 **Ebene:** Intermédiaire Phrasee
Choreograf/in: Adriano Castagnoli (IT), Stefano Civa (IT) & Isabella Ghinolfi (IT) - Mars 2024
Musik: KEEPIN IT COUNTRY - James Johnston

Intro 16 temps

Type Phrasée (A = 32 temps, B = 32 temps, Tag = 32 temps), Polka
Schéma A - B - B (16 tps) - A - B - B - Tag - B - B (entier, finit à 12:00)
Départ face à 12:00 12:00 06:00 06:00 06:00 12:00 06:00 12:00 06:00

PARTIE A (COUPLET) : 32 temps - 1ère fois, commence et finit à 12:00, 2ème fois, commence et finit à 06:00
Section 1 : R Forward Rock, R Coaster Step, Toe-Scuff-Step, R Mambo Step,

1 – 2	Rock Step D avant (Pas D dans direction indiquée, Remettre Poids du Corps (PdC) sur G), 12:00
3 & 4	Coaster Step D (Pas D arrière, Ramener G près D + PdC G, Pas D avant),
5 & 6	Pointe G près de D (+ genou vers intérieur), Scuff G (Talon frotte sol vers avant), Pas G avant,
7 & 8	Rock Step D avant (7 &), Pas D arrière (8),

S2 : L Coaster Step, R Step 1/2 L Pivot, R Jazz Triangle with Stomp,

1 & 2	Coaster Step G,
3 – 4	Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G, 06:00
5 – 6 – 7	Jazz Triangle D avec Stomp G (Croiser D devant G, Pas G arrière, Pas D à D) +
8	Stomp G près de D (Taper Pied au sol + Transfert PdC G),

S3-S4 = S1-S2 : Répétez les Sections 1 et 2 de cette Partie A, en commençant à 06:00, donc terminant à 12:00.

PARTIE B (REFRAINS & PARTIES INSTRUMENTALES) : 32 temps - 2 murs (12:00 & 06:00)
Section 1 : R Side Triple, L Cross Rock, L Side Triple with 1/4 L, R Step 1/2 L Pivot,

1 & 2	Triple Step D à D (Pas D direction indiquée, Ramener G près D, Pas D même direction), 12:00
3 – 4	Rock Step G croisé devant D,
5 & 6	Triple Step G à G + 1/4 tour G (Pas G à G, Ramener D près de G, 1/4 tour G + Pas G avant), 09:00
7 – 8	Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G, 03:00

S2 : R Side Triple, 1/4 L & L Coaster Step, Kick-ball-Toe R & L,

1&2–3&4	Triple Step D à D (1 & 2), 1/4 tour G + Coaster Step G (3 & 4), 12:00
5&6–7&8	Kick-ball-Toe D (5. Coup de pied D avant, &. Ramener D près de G, 6. Pointe G à G), Kick-ball-Toe G,

Particularité : RESTART La 2e fois où Partie B dansée (commencé à 06:00), reprenez A du début à 06:00

S3 : R Cross Triple, L Side Rock, L Cross Triple, R Side Rock,

1 & 2–3–4	Cross Triple D (1. Croiser D devant G, &. Petit Pas G à G, 2. Croiser D devant G), Rock Step G à G (3 - 4),
5 & 6	Cross Triple G (5 & 6), Rock Step D à D (7 - 8),

S4 : 1/2 R & R Coaster Step, L Forward Rock, L Coaster Step, R Scuff - Scoot/Hitch - Stomp up,

1 & 2–3–4	1/2 tour D + Coaster Step D (1 & 2), Rock Step G avant (3 - 4), 06:00
5 & 6	Coaster Step G,

7 & 8 Scuff D, Scoot G (Glisser sur G) + Hitch D (Genou en l'air), Stomp up D (Taper talon au sol sans transfert PdC),

TAG (PONT MUSICAL) : 32 temps - Dansé 1 seule fois, commence à 06:00 et finit à 12:00
Section 1 : R Stomp, L Stomp up, L Hitch, L Big Step, R Slide, R Vine finishing Together,

1 – 2 Stomp D près de G (donc transfert PdC D), Stomp up G près de D (donc garder PdC D), 06:00
& 3 – 4 Hitch G, Grand Pas G à G, Glisser D vers G,
1–2–3–4 Vine D (1.Pas D à D, 2.Croiser G derrière D, 3.Pas D à D), Ramener G près D (+ PdC G) (4),

S2 : 1/2 L Paddle Turn, Scissor Steps R & L,

1 & 2 & 1/8 tour G + Pas D à D, Revenir sur G, 1/8 tour G + Pas D à D, Revenir sur G, 04:30 puis 03:00
3 & 4 & 1/8 tour G + Pas D à D, Revenir sur G, 1/8 tour G + Pas D à D, Revenir sur G, 01:30 puis 12:00
5 & 6 Scissor Step D (Pas D à D, Ramener G près de D, Croiser D devant G),
7 & 8 Scissor Step G,

S3 : « Stomp forward, Clap » x4,

1–2–3–4 Stomp D avant, Clap (Claquer des Mains), Stomp G avant, Clap,
5–6–7–8 Stomp D avant, Clap, Stomp G avant, Clap,

S4 : Back Toe Struts R-L-R with R Snaps on pair counts, L Coaster Step.

1 – 2 Toe Strut D arrière (1. Poser plante D arrière, 2. Poser le reste du pied + Transfert PdC D)
+ Snap Main D (Claquer des doigts) sur temps 2,
3–4–5–6 Toe Strut G arrière + Snap Main D sur 4 (3 - 4), Toe Strut D arrière + Snap Main D sur 6 (5 - 6),
7 & 8 Coaster Step G. (12:00) Recommencez du début … et gardez le sourire !!

Traduit par Lilly WEST, en utilisant la terminologie NTA / www.lillywest.fr / www.countrydancetour.com

---