Run Free (fr)

Count: 80 **Wall:** 0 **Level:** Intermédiaire
Choreographer: Sophie Coudière (FR) - Février 2024
Music: Darwyn's Shelter - Yanick Pugin

SECT 1: STOMP R, STOMP UP R, ¼ TURN R, STOMP R, HOLD, STOMP L, STOMP UP L, ¼. TURN L, STOMP L.

1-4 tape PD, Frappe PD sans le poser, ¼ tour à D, tape PD, pause.
5-8 tape PG à côté du PD, frappe PG sans le poser ¼ de tour à G, tape PG.

SECT 2: STOMP R, STOMP UP R, ¼ TURN R, STOMP R, HOLD, STOMP L, STOMP UP L, ¼. TURN L, STOMP L, STOMP R, ¼ TURN L

1-4 Tape PD, frappe PD sans le poser, ¼ tour à D tape PD, pause.
5-8 Tape PG à côté du PD, frappe PG sans le poser ¼ de tour à G, tape PG, tape PD À côté du PG.

SECT 3: STEP FWD R, STOMP UP L, STEP BEHIND L, STOMP UP R, BACK LOCK BACK, HOLD

1-4 PD en diagonal avant D – Frappe PG sans le poser à côté du PD, PG en diagonale Arrière-G. TAG 2 ICI MUR 3 à 6 H
5-8 Frappe PD sans le poser à côté du PG, reculer PD en step lock step pause.

SECT 4: COASTER STEP L, SCUFF R, SIDE - ROCK R ½ TURN R.

1-4 Pas G derrière, PD à côté PG, PG devant, brosser le sol avec le talon PD.
5-8 ½ tour D rock-step sur le côté D pdc sur D, revenir sur PG.

SECT 5: VINE R, SLIDE R, STOMP L, HOLD.

1-4 Ecart PD croiser PG derrière PD, écart PD, croiser PG devant PD
5-8 Grand pas à D rassemble PG à côté du PD, tape PG pause.

SECT 6: VINE L, SLIDE L STOMP R, HOLD.

1-4 Ecart PG croiser PD derrière PG, écart PG, croiser PD devant PG.
5-8 Grand pas à G, rassemble PD à côté du PG tape PD.

SECT 7 : RUMBA BOX.

1-4 Pas PD à D, Pas PG à côté du PD, PD devant rassemble PG à coté du PD pause
5-8 Pas PG à G, Pas PD à côté du PG, pas PG derrière, pause

SECT 8: STOMP UP R, TOE STRUT R ½ TURN, TOE STRUT L ½ TURN ROCKSTEP R STOMP UP R, STOMP R

1-4 Frappe PD sans le poser, poser la pointe PD et le talon PD ½ tour sur la D, poser la Pointe PG et le talon PG ½ tour sur la G.
5-8 Reculer PD, kick PG, revenir pdc PG, frape PD sans le poser, tape PD.

SECT 9: DIAG R SKATE BACK, DIAG L SKATE BACK, STEP R DIAGONAL, SLIDE L, STEP L DIAGONAL, SLIDE R.

1-4 Reculer PD diagonale D, glisser PG en direction du PD Reculer PG diagonale G, glisser PD en direction du PG
5-8 PD en diagonale avant D, slide PG, PG en diagonale avant G slide PD

SECT 10: KICK CROSS TURN TURN R, COASTER STEP L, STEP R.

1-4 KICK PD croise devant PG faire un tour entier sur la D
5-8 Pas G derrière, PD à côté PG, PG devant PG. Repose PD à côté du PG. TAG 1 ICI MUR 1 à 12 H.

Dernier mur reprendre la section n° 1, la section 9 et 10.

TAG 1 AU MUR 1 FIN DE LA SECTION 10 à 12 H :
HEEL FWD, TOE BACK, HEEL FWD, HOLD, COASTER STEP, STEP L.

1-2	Toucher talon PD devant, toucher pointe PD en arrière. Toucher talon PD devant, pause.
5-6	Reculer PD, assembler PG, avancer PD, rassemble PG à côté du PD.

TAG 2 AU MUR 3 APRES LE 4 PREMIERS COMPTES à 6 H :
COASTER STEP R, STOMP UP R, STOMP R, HOLD, KICK CROSS R ½ TURN R

1-4	Pas D derrière, PG à côté PG, PD devant, frappe PD G sans le poser, tape PG pause.
5-8	KICK PD croise devant PG faire un ½ tour sur la D

FINAL : REPRENDRE LA SECTION 7 ET 8 ET FINIR PAR :
STEP TURN R, STEP R, STEPTURN L, STEP L.

1-4	PD devant ½ tour à D pose PD devant,
5-8	PG devant ½ tour à G pose PG devant.

SLIDE R, STEP TURN TURN R

1-4	Faire un large pas arrière PD
5-8	Kick PD croise devant PG faire un tour entier.

Last Update: 10 May 2025