One Life, Live It Up (fr)

Compte: 32 **Mur:** 4 **Niveau:** Débutant
Chorégraphe: Yann Gourvellec (FR) & Carole Gourvellec (FR) - Mai 2018
Musique: Live it up – Nicky Jam, Will Smith & Era Istrefi

[1 à 8] Cross Rock R, Shuffle R, Cross Rock L, Shuffle L ¼ Turn

1 – 2	PD croisé devant PG
3 & 4	PD à D, PG à côté de PD, PD à D
5 – 6	PG croisé devant PD
7 & 8	PG à G ¼ de tour, PD à côté de PG, PG devant

[1 à 8] R Hips Rolls ¼ Turn X 2, Jazz Box, Rock Step L, Coaster Step R

1 – 2	PD devant ¼ tour à G avec un petit mouvement de hanche
3 – 4	PD devant ¼ tour à G avec un petit mouvement de hanche
5 – 6	PD croisé devant PG, PG derrière PD
7 – 8	PD à D, PG devant

[1 à 8] Step Diagonal R, Touch L, Back Diagonal L, Touch R, Side R, Touch L

1 – 2 &	PD en avant dans la diagonale D, Ramener PG pointé à côté PD, PG en arrière dans la diagonale
3 & 4	PD pointé à côté de PG, PD à D, PG pointé à côté de PD
5 – 6	PG devant, Revenir PDC sur D
7 & 8	PG (sur la plante) en arrière, PD (sur la plante) à côté PG, PG en avant

[1 à 8] Walk R, Walk L, Shuffle R, Stomp L, Stomp R, Swivel

1 – 2	PD devant, PG devant (Option : Full Turn)
3 & 4	PD devant, PG à côté PD, PD devant
5 – 6	Stomp PG, Stomp PD
&7&8	Diriger les talons vers l'extérieur, Revenir au centre, Diriger les talons vers l'extérieur, Revenir au centre

et pointe D vers la D puis talon D et pointe G vers la G

(option : pour les comptes &7&8 : Apple Jack)
Apple Jack : Mouvement simultané sur 1 temps des 2 pieds avec twist talon G