# My Alabama (fr)



Compte: 64 Mur: 2 Niveau: Novice Chorégraphe: Bruno Penet (FR) - Juillet 2023 Musique: Home To Alabama - Stephen Sylvester : (CD : Let Me Be Strong) SECT 1: STEP DIAG R, SCUFF, STEP DIAG L, SCUFF, VINE TO R, SCUFF Avancer pied droit diagonale droite, petit coup de talon gauche à côté du pied droit 3-4 Avancer pied gauche diagonale gauche, petit coup de talon droit à côté du pied gauche 5-6 Ecart pied droit, croiser pied gauche derrière pied droit 7-8 Ecart pied droit, petit coup de talon gauche à côté du pied droit SECT 2: STEP DIAG L, SCUFF, STEP DIAG R, POINT, ROLLING VINE TO L, HOLD 1-2 Avancer pied gauche diagonale gauche, petit coup de talon droit à côté du pied gauche 3-4 Avancer pied droit diagonale droite, toucher pointe pied gauche à gauche En pivotant ¼ de tour à gauche avancer pied gauche (9:00), en pivotant ½ tour à gauche 5-6 reculer pied droit (3:00) 7-8 En pivotant ¼ de tour à gauche écart pied gauche, pause (12:00) Option 5 à 7 : Vine to Left Restart & Tag 1 x1,5 & Final: au 10ème mur SECT 3: MAMBO FWD, HITCH, COASTER STEP, STOMP UP Avancer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche 1-2 3-4 Reculer pied droit, lever genou gauche 5-6 Reculer pied gauche, assembler pied droit 7-8 Avancer pied gauche, frapper pied droit (sans le poser) à côté du pied gauche SECT 4: ¼ R TOE STRUT FWD. ½ R TOE STRUT BACK, ¼ R TOE STRUT SIDE, KICK, HOOK Toucher pointe pied droit à droite, en pivotant ¼ de tour à droite reposer talon droit (3:00) 1-2 3-4 En pivotant ¼ de tour à droite toucher pointe pied gauche à gauche (6:00), en pivotant ¼ de tour à droite reposer talon gauche (9:00) 5-6 En pivotant ¼ de tour à droite toucher pointe pied droit à droite, reposer talon droit 7-8 Petit coup de pied gauche vers l'avant, plier jambe gauche devant jambe droite Restart & Tag 2 : au 8ème mur SECT 5: STEP DIAG L FWD, STOMP UP, STEP DIAG R BACK, STOMP UP, STEP DIAG L BACK, STOMP UP, STEP DIAG R FWD, SCUFF Avancer pied gauche diagonale gauche, frapper pied droit (sans le poser) à côté du pied 1-2 gauche (en touchant le bord du chapeau avec la main gauche) Reculer pied droit diagonale droite, frapper pied gauche (sans le poser) à côté du pied droit 3-4 Reculer pied gauche diagonale gauche, frapper pied droit (sans le poser) à côté du pied 5-6 gauche 7-8 Avancer pied droit diagonale droite, petit coup de talon gauche à côté du pied droit

## SECT 7: ROCK FWD, ½ TURN L & ROCK FWD, COASTER STEP, HOLD

SECT 6: COASTER STEP FWD, HOLD, COASTER STEP BACK, HOLD

Reculer pied gauche, pause

Avancer pied droit, pause

Avancer pied gauche, assembler pied droit

Reculer pied droit, assembler pied gauche

1-2

3-4

5-6

7-8

1-2 Avancer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit

3-4 En pivotant ½ tour à gauche avancer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit (6:00)

5-6 Reculer pied gauche, assembler pied droit

7-8 Avancer pied gauche, pause

Restart & Tag1 : au 3ème mur Restart & Tag1 x2 : au 6ème mur

# SECT 8: ROCK FWD, ½ TURN R & STEP FWD, HOLD, STEP FWD, PIVOT ½ TURN R, STEP FWD, SCUFF

1-2 Avancer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche

3-4 En pivotant ½ tour à droite avancer pied droit, pause

5-6 Avancer pied gauche, pivoter ½ tour à droite (poids du corps finit sur pied droit) (6:00)

7-8 Avancer pied gauche, petit coup de talon droit à côté du pied gauche

### **REPEAT**

## **RESTART & Tag 1**

Au 3ème mur, après la 7ème section : 1 fois le tag Au 6ème mur, après la 7ème section : 2 fois le tag

### SECT 1: SIDE ROCK, KICK CROSS, SIDE ROCK, STOMP UP X2

1-2 Ecart pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche

3-4 Petit coup de pied droit vers l'avant, croiser pied droit devant pied gauche

5-6 Ecart pied gauche (en touchant le bord du chapeau avec la main gauche), retour poids du

corps sur pied droit

7-8 Frapper pied gauche (sans le poser) à côté du pied droit 2 fois

### SECT 1: SIDE ROCK, KICK CROSS, SIDE ROCK, STOMP UP X2

1-2 Ecart pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit

3-4 Petit coup de pied gauche vers l'avant, croiser pied gauche devant pied droit

5-6 Ecart pied droit (en touchant le bord du chapeau avec la main droite), retour poids du corps

sur pied gauche

7-8 Frapper pied droit (sans le poser) à côté du pied gauche 2 fois

#### **RESTART & TAG 2**

Au 8ème mur après la 4ème section ajouter les pas suivants (après avoir remplacé les 2 dernier comptes par : 7-8 Stomp pied droit, pause ) :

## [STOMP, HOLD X3]R&L

1-2 Frapper pied droit à côté du pied gauche, pause

3-4 Pause, pause

5-6 Frapper pied gauche à côté du pied droit, pause

7-8 Pause, Pause

#### LAST WALL

Au 10ème mur, ne faire que les sections 1 et 2, puis ajouter le Tag 1 + la 1ère section du Tag 1 + les pas suivants (Final) :

1-2 Frapper pied gauche vers l'avant 2 fois

### Challenge Boy – CRAZY DANCERS OF COUNTRY MUSIC