One's For The Girls (P) (fr)

Compte: 64 **Mur:** 0 **Niveau:** Danse de partenaire
Chorégraphe: Nancy Proulx & Louise Girouard
Musique: This One's for the Girls - Martina McBride

Position: Skater. Les mains gauche ensemble, main droit ensemble, les mains gauche croisé par-dessus les mains droit

TOUCH, HOLD, TOUCH, HOLD, SAILOR SHUFFLE, SAILOR SHUFFLE

1-2	Pointe gauche à gauche, pause
&3-4	Ramenez le pied gauche à côté du pied droit, pointe droit à droite, pause
5&6	Step droit croisé derrière le pied gauche, step gauche à gauche, step droit à droite
7&8	Step gauche croisé derrière le pied droit, step droit à droite, step gauche à gauche

KICK BALL STEP, STEP, TAP, ROCK & STEP, ROCK & STEP

1&2	Kick droit avant, step droit à côté du pied gauche, step gauche avant
3-4	Step droit avant, tap gauche à côté du pied droit
5&6	Rock gauche à gauche, ramenez le poids sur le pied droit, step gauche à côté du pied droit
7&8	Rock droit à droite, ramenez le poids sur le pied gauche, step droit à côté du pied gauche

STEP, STEP, SHUFFLE FORWARD, CROSS STEP, TOUCH, CROSS STEP, TOUCH

1-2	Step gauche avant, step droit avant
3&4	Shuffle avant gauche, droit, gauche
5-6	Step droit croisé devant le pied gauche, pointe gauche à gauche
7-8	Step gauche croisé devant le pied droit, pointe droit à droite

ROCK STEP, COASTER STEP, HEEL STRUT 2X

1-2	Rock droit avant, ramenez le poids sur le pied gauche
3&4	Step droit arrière, step gauche à côté du pied droit, step droit avant
5-8	Talon gauche avant, déposez la pointe gauche, talon droit avant, déposez la pointe droit

STEP, SLIDE, STEP, SCUFF, (MAN ROCK STEP, LADY PIVOT ½ TURN) SHUFFLE ½ TURN

1-4	Step gauche avant, glissez droit à côté du pied gauche, step gauche avant, scuff droit

Passez les mains gauches par-dessus la tête de la femme

5-8	Homme: rock droit avant, ramenez le poids sur le pied gauche, shuffle droit, gauche, droit ½ tour à droite Femme: step droit avant, pivot ½ tour à gauche, shuffle droit, gauche, droit ½ tour à gauche

ROCK STEP, MAN SHUFFLE ½ TURN LADY SHUFFLE FORWARD), STEP ¼ TURN, SHUFFLE ¼ TURN

1-2	Homme: rock gauche avant, ramenez le poids sur le pied droit Femme: rock gauche arrière, ramenez le poids sur le pied droit

Passez les mains droites par-dessus la tête de la femme

3&4	Homme: shuffle gauche, droit, gauche ½ tour à gauche Femme: shuffle gauche, droit, gauche avant

Maintenant en position sweetheart, lâchez mains gauches, lever les mains droites

5-6	Step droit ¼ tour à gauche, step gauche croisé derrière le pied droit

Passez les mains droites par-dessus la tête de la femme

7&8	Shuffle droit, gauche, droit ¼ tour à droite

HEEL GRIND, COASTER STEP, STEP, TAP, STEP, TAP

1-2	Talon gauche avant en pointant vers l'intérieur, tournez la pointe vers l'extérieur
3&4	Step gauche arrière, step droit à côté du pied gauche, step gauche avant

5-8	Step droit à 1h, tap gauche à côté du pied droit, step gauche à 11h, tap droit à côté du pied gauche

MAN: TRIPLE STEP 2X LADY FULL TURN RIGHT, HEEL SWITCHES, TAP

Passez les mains gauches par dessus la tête de la femme

1-4	Homme: triple step droit, gauche, droit sur place, triple step gauche, droit, gauche sur place Femme: triple step droit, gauche, droit ½ tour à droite, triple step gauche, droit, gauche ½ tour à droite

Terminez en position skater

5&6	Talon droit avant, step droit à côté du pied gauche, talon gauche avant
&7&8	Step gauche à côté du pied droit, talon droit avant, step droit à côté du pied gauche, tap gauche à côté du pied droit

REPEAT