Off My Feet (fr)

拍数: 32 **墙数:** 4 **级数:** Novice

编舞者: Michele Perron (CAN) & Jo Thompson Szymanski (USA) - Janvier 2019

音乐: Cowboy Up - Vince Gill

Alt. musique:-
The way you make me feel - The DOUGLAS GROUP - BPM 112 / WCS Ternaire
Christmas comes but once a year - B.B. KING - BPM 116 (64 temps)

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 3 / 2019
Chorégraphies en français, site : http://www.speedirene.com

Introduction : 32 temps

WALK, WALK, ROCK SIDE, RECOVER, CROSS, SWEEP/HITCH, CROSS, 1⁄2 TURN LEFT, FORWARD

1.2 2	pas avant : pas PD avant - pas PG avant
&3.4	1/4 de tour G . . . . pas PD côté D - CROSS PG devant PD - 1/4 de tour D . . . . pas PD avant - 12 : 00 - SWEEP pointe PG en dedans (d'arrière en avant) . . . . - 12 : 00 -
5.6	HITCH genou G devant - CROSS PG devant
7.8	pas PD arrière - 1/2 tour G . . . . pas PG avant - 6 : 00 -

FORWARD, TOGETHER, BACK, BACK, BACK, BEHIND, SIDE, CROSS, OUT, OUT, BALL, CROSS

&1.2	pas PD avant - pas PG à côté du PD - pas PD arrière . . . . SWIVEL pointe PG vers G " OUT "
3	pas PG arrière . . . . SWIVEL pointe PD vers D " OUT "
4	pas PD arrière . . . . SWIVEL pointe PG vers G " OUT "
5&6	BEHIND-SIDE-CROSS G : CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD
&7	1/8 de tour D . . . . pas PD côté D " OUT " - pas PG parallèle au PD " OUT " (pieds APART)
&8	SWITCH : pas PD à côté du PG - pas PG avant - 7 : 30 -

OPTION &7 avec HEEL RAISE

STEP SIDE, TOUCH/BUMP, STEP SIDE, TOUCH/BUMP, BEHIND, 1⁄4 TURN LEFT, TRIPLE FORWARD

1	1/8 de tour G . . . . pas PD côté D (Option : CIRCLE HIPS vers G ☐) - 6 : 00 -
2	pas PG sur diagonale avant G (HIP vers G) - 6 : 00 -
3	pas PG côté G (Option : CIRCLE HIPS vers D ☐)
4	TOUCH pointe PD sur diagonale avant D (HIP vers D)
5.6	CROSS PD derrière PG - 1/4 de tour G . . . . pas PG avant - 3 : 00 -
7&8	SHUFFLE D avant : pas PD avant - pas PG à côté du PD - pas PD avant

1⁄2 TURN, 1⁄2 TURN LOCKING TRIPLE, 1⁄4 TURN RIGHT SIDE CROSS, 3⁄4 TURN RIGHT HEEL SWIVELS

1.2	pas PG avant - 1/2 tour PIVOT vers D (appui PD) - 9 : 00 -
3&4	SHUFFLE G 1/2 tour D : 1/4 de tour D . . . . pas PG côté G - pas PD à côté du PG . . . . . 1/4 de tour D . . . . pas PG arrière - 3 : 00 -
&5	pas PD arrière - 1/4 de tour D . . . . CROSS PG devant PD
&6	1/4 de tour D . . . . BOUNCE des talons : soulever les talons - abaisser les talons au sol (appui 2 pieds) - 9 : 00 -
&7	1/4 de tour D . . . . BOUNCE des talons : soulever les talons - abaisser les talons au sol (appui 2 pieds) - 12 : 00 -
&8	1/4 de tour D . . . . BOUNCE des talons : soulever les talons - abaisser les talons au sol (appui PD) - 3 : 00 -

OPTION 6.7.8 UNWIND . . . . 3/4 de tour D (appui PG)
OPTION &5.6&7&7

&5.6	pas PD arrière - TAP PG à côté du PD (genou G " IN ") - HOLD
&7	pas PG côté G - TAP PD à côté du PG (genou D " IN ")
&7	pas PD côté D - TAP PG à côté du PD (genou G " IN ")

FIN: si vous optez pour l'option en tournant sur les temps 29 à 32 à la fin du morceau, tournez pour finir à - 12 : 00 - HOLD