I'm On It (fr)

拍数: 64 **墙数:** 2 **级数:** Intermédiaire
编舞者: Hayley Wheatley (UK) - Février 2016
音乐: I'm On It (feat. Chris Carmack) - Nashville Cast

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 4 / 2016
Chorégraphies en français, site : http://www.speedirene.com

Introduction : 32 temps

SIDE STEP, TOUCH, SWAY, SWAY, BEHIND, ¼ TURN, STEP, HOLD

1.2	pas PD côté D - TAP PG à côté du PD
3.4	ROCK STEP latéral G côté G . . . . BUMP HIPS à G , revenir sur PD côté D . . . . BUMP HIPS à D
5.6.7	CROSS PG derrière PD - 1/4 de tour D . . . . pas PD avant - pas PG avant - 3 : 00 -
8	HOLD

ROCK FORWARD, RECOVER, STEP BACK, SWEEP, STEP BACK, SWEEP, STEP BACK, RONDE SWEEP

1.2.3	MAMBO STEP D avant : ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière - pas PD arrière
4	SWEEP pointe PG en dehors (d'avant en arrière)
5.6	pas PG arrière - SWEEP pointe PD en dehors (d'avant en arrière)
7.8	pas PD arrière - SWEEP pointe PG en dehors (d'avant en arrière)

BEHIND, SIDE, CROSS, HOLD, SIDE STEP, TOUCH TWICE

1.2.3	WEAVE G vers D : CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD
4	HOLD
5.6	pas PD côté D - TAP PG à côté du PD
7.8	pas PG côté G - TAP PD à côté du PG

SIDE ROCK, RECOVER, CROSS, HOLD, ¼ TURN, ¼ TURN, CROSS, HOLD

1.2.3	ROCK STEP latéral D côté D , revenir sur PG côté G - CROSS PD devant PG
4	HOLD
5.6.7	1/4 de tour D . . . . pas PG arrière - 1/4 de tour D . . . pas PD côté D - CROSS PG devant PD - 9 : 00 -
8	HOLD

RESTART : ici, sur le 5ème mur, après 32 temps, et reprendre la Danse au début

STEP SIDE, TOGETHER, HOLD, BACK, SHUFFLE ¼ TURN, HOLD

1.2.3	pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD arrière
4	HOLD
5 - 8	1/4 de tour G . . . . pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant - HOLD - 6 : 00 -

SIDE ROCK, RECOVER, STEP FORWARD, HOLD, SIDE ROCK, RECOVER, STEP FORWARD, HOLD

1.2.3	ROCK STEP latéral D côté D , revenir sur PG côté G - pas PD avant
4	HOLD
5.6.7	ROCK STEP latéral G côté G , revenir sur PD côté D - pas PG avant
8	HOLD

FORWARD ROCK, RECOVER, STEP BACK, HOLD, LOCK ½ TURN, HOLD

1.2.3	MAMBO STEP D avant : ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière - pas PD arrière
4	HOLD

5.6.7	1/2 tour G . . . STEP-LOCK-STEP G avant : pas PG avant - LOCK PD derrière PG - pas PG avant - 12 : 00 -
8	HOLD

CHASE ½ TURN, HOLD, LEFT LOCK FORWARD, HOLD

1.2.3	pas PD avant - 1/2 tour PIVOT vers G (appui PG) - pas PD avant - 6 : 00 -
4	HOLD
5.6.7	STEP-LOCK-STEP G avant : pas PG avant - LOCK PD derrière PG - pas PG avant
8	HOLD