Dancing on My Own (fr)

拍数: 80 **墙数:** 3 **级数:** Novice / Intermediaire Phrasee
编舞者: Karine Moya (FR) - Novembre 2022
音乐: Dancing On My Own - Mosimann

Chorégraphie spécialement écrite pour l'Americana Hall Of Fame 2022

Séquence : C A B A C A B A C C 1/2C Final

Intro : approx 18 secs - Pas de Tag Pas de Restart

PART A : 32 Comptes (12:00) & (9:00)
Section 1 : SIDE, POINT BWD (with arm action), SIDE, POINT BWD (with arm action), WALK FWD X3, KICK

1 2 Poser PD à D, Pointer PG derrière PD (Jambe G tendue et légèrement croisée) (12:00)
Style : la tête regarde à D
Option : les bras : Pendant que vous posez le PD à droite mettre la main G ouverte sur votre hanche G, Pliez le bras D et faire deux cercles en commençant vers le bas dans le sens inverses des aiguilles d'une montre et tendez votre bras D à D point fermé face au sol dès que vous faites le Touch, la tête regarde à D)

3 4 Poser PG à G, Pointer PD derrière PG (Jambe D tendue)
Style : la tête regarde à G
Option : les bras : Pendant que vous posez le PG à gauche garder la main G ouverte sur votre hanche G, ramener le bras droit plié, faire un cercle en commençant vers le bas dans le sens des aiguilles d'une montre et quand vous faites le Touch, monter votre bras D bien tendu vers le haut point fermé, la tête regarde à G)
Note (Redescendre le bras D le long du corps dès le 1er pas de marche)

5 6 7 Marche PD, PG, PD

8 kick PG devant

Section 2 : DIAGONAL STEPS BWD (with hip & arm action), TOUCH L & R, ROLLING VINE (Vine)

1 2 Faire 1/8 de tour à D reculer PG (Pousser la hanche G vers l'arrière et tendre vos 2 bras vers l'avant), Toucher le PD à côté du PG (Ramener vos 2 bras en les pliant poings fermés au niveau des hanches) (1:30)

3 4 Faire 1/4 de tour à G reculer PD (Pousser la hanche D vers l'arrière et tendre vos 2 bras vers l'avant), Toucher le PG à côté du PD (Ramener vos 2 bras en les pliant, poings fermés au niveau des hanches) (10:30)

5 6 7 8 Faire 1/8 de tour à G PG devant (9:00), 1⁄2 tour à G PD derrière (3:00), 1⁄4 de tour à G PG à G, Toucher le PD à côté du PG (12:00)

Option : Vine : Faire 1/8 de Tour à D PG à G, Croiser PD derrière PG, PG à G, Toucher PD à côté du PG (12:00)

Section 3 : KICK & POINT R & L, JAZZ BOX 1⁄4 TURN

1&2 kick PD devant, Ramener le PD à côté du PG, Pointer le PG côté G

3&4 kick PG devant, Ramener le PG à côté du PD, Pointer le PD côté D

5 6 7 8 Croiser le PD devant le PG, Faire 1/4 de tour à D Reculer le PG, PD à D, Avancer le PG (3:00)

Section 4 : HIP BOUNCE FWD, TURN 1/2 (with Fist Roll) , 1/2 TURN HIP BOUNCE FWD ((with Fist Roll), JAZZ BOX

1 Pointer le PD devant en montant la hanche D (Pdc PG) (Faire un moulinet en faisant rouler vos bras pliés et poings fermés vers l'avant (bras D au dessus du bras G) Cpt 1 2)

2 Faire 1/2 tour à G Poser le talon D (Pdc PD) (9 :00)

3 Faire 1/2 tour à G Pointer le PG devant en montant la hanche G (Pdc PD) (Faire un moulinet en faisant rouler vos bras pliés et poings fermés vers l'avant (bras D au dessus du bras G) Cpt 3 4) (3:00)

4 Poser le talon G

Option facile : HIP BOUNCE FWD, HIP BOUNCE FWD (with arm action)

1	Pointer le PD devant en montant la hanche D (Pdc PG) (Faire un moulinet en faisant rouler vos bras pliés et poings fermés vers l'avant (bras D au dessus du bras G) Cpt 1 2) (3:00)
2	Poser le talon D (Pdc PD)
3	Pointer le PG devant en montant la hanche G (Pdc PD) (Faire un moulinet en faisant rouler vos bras pliés et poings fermés vers l'avant (bras D au dessus du bras G) Cpt 3 4)
4	Poser le talon G (Pdc PG)
5 6 7 8	Croiser le PD devant le PG, Reculer le PG, PD à D, Avancer le PG (3:00)

PART B : 32 Comptes (3:00)

Section 1 : DIAGONAL STEP R FWD, TOUCH (with arm action), STEP BACK, TOUCH ((with Fist Roll BWD & Body Roll) , 1/8 TURN L VINE 1⁄4 TURN, STEP FWD

1	Avancer PD dans la diagonale avant D (lever le bras D tendu vers la droite jusq'au-dessus de la tête) (4:30)
2	Toucher le PG à côté du PD (baisser le bras D le long du corps et finir par un snap D)
3	Reculer le PG (Faire un moulinet en faisant rouler vos bras pliés et poings fermés vers l'arrière (bras D au dessus du bras G) Cpt 3 4)

Option : Pendant que vous reculer le PG, faire un Body Roll vers l 'arrière tout en faisant le moulinet vers l'arrière

4	Toucher le PD à côté du PG (Genoux légèrement flêchis) (Pdc PG)
5 6 7 8	Faire 1/8 de tour à G PD à D (3:00), Croiser PG derrière PD, Faire ¼ de tour à D PD devant, Avancer PG (6:00)

Section 2 : STEP FWD, 1⁄4 TURN, TOUCH, (with shimmy shoulders) 1⁄4 TURN STEP FWD, TOUCH (with shimmy shoulders) , V STEP (with arms action)

1 2	Avancer PD, Faire 1⁄4 de tour à G Toucher PG à côté du PD (faire des Shimmy Cpt 1 2) (3:00)
3 4	Faire 1⁄4 de tour à G Avancer PG, Toucher PD à côté du PG (faire des Shimmy Cpt 3 4) (12:00)
5 6 7 8	Avancer PD dans la diagonale avant D (plier le bras D main D derrière la tête), PG à G dans la diagonale avant G (plier le bras G main G derrière la tête), Reculer PD dans la diagonale (baisser la main D et la mettre sur la hanche D), Ramener PG à côté du PD (baisser la main G et la mettre sur la hanche G)

Section 3 : STEP TOUCH ACROSS, POINT, CROSS, MONTEREY 1/4 TURN, CROSS

1 2	Poser PD à D, Pointer PG croisé devant PD (Pdc PD)
3 4	Pointer le PG à G, Croiser le PG devant le PD (Pdc PG)
5 6	Pointer le PD à D, Faire 1/4 de tour à D Ramener le PD à côté du PG (3.00)
7 8	Pointer le PG à G, Croiser le PG devant le PD (Pdc PG)

Section 4 : DIAGONAL STEP R FWD, TOUCH ACROSS, STEP BWD TOUCH BEHIND, 3/8 WALK AROUND

1 2	Avancer PD dans la diagonale avant D, Pointer PG croisé devant PD (Pdc PD) (4:30)
3 4	Reculer le PG, Pointer PD derrière PG (Jambe D tendue (Pdc PG)
5 6 7 8	Faire 3/8 de tour vers la D en marchant D G D G (9:00)

PART C : 16 Counts (12:00)

Section 1 : DIAGONAL FWD SIDE, TOGETHER, SIDE CHASSE (with Fist Roll) , 1/4 TURN SIDE, TOGETHER, SIDE CHASSE, (with Fist Roll)

1 2	Faire 1/8 de tour à G Poser PD à D (ouvrir les pieds et plier les genoux , corps orienté face à (10:30) et plier vos 2 bras ouverts de chaque côté, poings fermés), Ramener PG à côté du PD (genoux légèrement pliés et abaisser vos 2 avant-bras, coudes levés et poing contre poing devant vous)
3&4	Faire un chassé côté D (Faire un moulinet en faisant rouler vos bras pliés et poings fermés vers l'avant (bras D au dessus du bras gauche) Cpt 3&4) (10:30)

5-6 Faire ¼ de tour à D Poser PG à G (ouvrir les pieds et plier les genoux, corps orienté face à (1:30) et plier vos 2 bras ouverts de chaque côté poings fermés), Ramener PD à côté du PG (genoux légèrement pliés et ramener vos 2 bras coudes levés et poing contre poing devant vous) (1:30)

7&8 Faire un chassé côté G (Faire un moulinet en faisant rouler vos bras pliés et poings fermés vers l'avant (bras D au dessus du bras gauche) Cpt 7&8) (1:30)

Section 2 : DIAGONAL BWD SIDE, TOGETHER, SIDE CHASSE (with Fist Roll), 1/4 TURN SIDE, TOGETHER, SIDE CHASSE, (with Fist Roll)

1 2 Poser PD à D en reculant (ouvrir les pieds et plier les genoux, corps orienté face à (1:30) et plier vos 2 bras ouverts de chaque côté poings fermés), Ramener PG à côté du PD (genoux légèrement pliés et ramener vos 2 bras coudes levés et poing contre poing devant vous) (1:30)

3&4 Faire un chassé côté D (Faire un moulinet en faisant rouler vos bras pliés et poings fermés vers l'avant (bras D au dessus du bras gauche) Cpt 3&4) (1:30)

5-6 Faire ¼ de tour à G Poser PG à G vers l'arrière (ouvrir les pieds et plier les genoux, corps orienté face à (10:30) et plier vos 2 bras ouverts de chaque côté poings fermés), Ramener PD à côté du PG

(genoux légèrement pliés et ramener vos 2 bras coudes levés et poing contre poing devant vous) (10:30)

7&8 Faire un chassé côté G ((Faire un moulinet en faisant rouler vos bras pliés et poings fermés vers l'avant (bras D au dessus du bras gauche) Cpt 7&8) (10:30)

Note : Faire 1/8 de tour à D pour démarrer la Partie A à (12:00)

FINAL : 1/8 TURN STEP BACK & SIT ((with Fist Roll Bwd))

1 2 Faire 1/8 de tour à G Reculer le PD s'assoir sur la jambe D talon G levé (les genoux sont flêchis)

(Faire un moulinet en faisant rouler vos bras pliés et poings fermés vers l'arrière en commençant bras D dessus et terminer les bras croisés bras G au dessus du bras D) Cpt 1 2) (12:00)

AMUSEZ-VOUS !

Contact : karinemoya662@gmail,com
Facebook : https://www.facebook.com/karine.moya