

No More (fr)

拍数: 48 墙数: 3 级数: Novice
编舞者: Jérôme Ciurana (FR) - Mai 2024
音乐: Down to Your Last One More - Billy Dean



Déscriptif : début 16 temps faire 48/48/32*/48/32*/32*/48/ COMPTE 33-48// puis faire la danse**

[1-8] BACK X3, POINT LEFT BACK, WALK LEFT /RIGHT, POINT LEFT, CROSS

1-2-3 Pas DROIT en arrière, Pas GAUCHE en arrière, Pas DROIT en arrière
4 Pointe pied GAUCHE en arrière
5-6 Pas GAUCHE devant, Pas DROIT devant
7-8 Pointe pied GAUCHE à gauche, Croiser pied GAUCHE devant le droit

[9-16] POINT RIGHT, CROSS, POINT LEFT, JAZZ BOX 1/40 TURN LEFT CROSS, HOLD

1-2 Pointe pied DROIT à droite, Croiser pied DROIT devant le gauche
3 Pointe pied GAUCHE à gauche
4-5 Croiser pied GAUCHE devant le droit, Pas DROIT en arrière
6-7 1/40 tour gauche et pas GAUCHE à gauche, Croiser pied DROIT devant le gauche
8 Pause

[17-24] SIDE LEFT AND DOUBLE HIP BUMP TO LEFT, DOUBLE HIP BUMP RIGHT, HIP"ROLL X 2

1&2 Pas GAUCHE à gauche et pousser la hanche vers la gauche , Revenir en arrière, Pousser la hanche vers la gauche
3&4 Pousser la hanche vers la droite, Revenir en arrière, Pousser la hanche vers la droite
5-6 Rouler la hanche de gauche à droite (décrire un 8 pour plus de style)
7-8 Rouler la hanche de gauche à droite (décrire un 8 pour plus de style)

[25-32] CROSS TOE STRUT, SIDE TOE STRUT, CROSS TOE STRUT, SIDE TOE STRUT

1-2 Croiser pointe pied GAUCHE devant le droit, Poser pied GAUCHE au sol
3-4 Pointe pied DROIT à droite, Poser pied DROIT au sol
5-6 Croiser pointe pied GAUCHE devant le droit, Poser pied GAUCHE au sol
7-8 Pointe pied DROIT à droite, Poser pied DROIT au sol

*** NOTA pour les restart changer le compte 8 par pause**

[33-40] REVERSE LEFT ROCKING CHAIR X 2

1-2 Pas GAUCHE en arrière, Ramener poids du corps sur pied DROIT
3-4 Pas GAUCHE devant, Ramener poids du corps sur pied DROIT
5-6 Pas GAUCHE en arrière, Ramener poids du corps sur pied DROIT
7-8 Pas GAUCHE devant, Ramener poids du corps sur pied DROIT

[41-48] 1/2 LEFT TOE STRUT, RIGHT TOE STRUT, LEFT VINE , TOUCH

1-2 1/2 tour gauche et pointe pied GAUCHE devant, Pose pied GAUCHE au sol
3-4 Pointe pied DROIT devant, Pose pied DROIT au sol
5-6-7 Pas GAUCHE à gauche, Croiser pied DROIT derrière le gauche, Pas GAUCHE à gauche
8 Pointe pied DROIT à côté du gauche

**** NOTA Pour le final changer compte 8 par ramener pied DROIT à côté du gauche (assemble)**

SMILE WHEN YOU DANCE !!!!!!!

Les références des heures ne valent que sur le premier mur

Association spirit of country :

spiritofcountry@hotmail.fr

<https://www.youtube.com/user/MrSPIRITOFCCOUNTRY>
