

Confinement 24h (fr)

拍數: 32 牆數: 4 級數: Débutant
編舞者: Cathy GUERSAN & Éric GUERSAN - Mars 2020
音樂: 9 To 5 - Dolly Parton



Écrite Durant le confinement pendant la pandémie de coronavirus

Intro: 16 Comptes – Restart : 1

Section 1 : POINT RIGHT, TAP, POINT RIGHT, BEHIND SIDE CROSS, POINT LEFT, TAP, POINT LEFT, BEHIND SIDE STEP

1&2 Pointe PD à D - TAP PD à côté PG - Pointe PD à D
3&4 BEHIND-SIDE-CROSS : croisé PD derrière PG - pas PG à G - croisé PD devant PG
5&6 Pointe PG à G - tap PG à côté PD - Pointe PG à G
7&8 BEHIND-SIDE-STEP : croisé PG derrière PD - pas PD à D - pas PG avant

RESTART : 4 ème mur , reprendre la danse au début.

Section 2 : ROCK FORWARD RIGHT, SHUFFLE BACK RIGHT, ROCK BACK LEFT, SHUFFLE FORWARD LEFT

1-2 ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière
3&4 SHUFFLE D arrière : pas PD arrière - PG à côté PD – pas PD arrière
5-6 ROCK STEP G arrière, revenir sur le PD avant
7&8 SHUFFLE G avant : pas PG avant - PD à côté PG – pas PG avant

Section 3 : RIGHT DIAGONAL FORWARD, TOUCH, LEFT DIAGONAL BACK, TOUCH, COASTER STEP, SHUFFLE FORWARD LEFT

1-2 Pas PD sur diagonal avant D (1:30), TAP pointe PG à côté PD
3-4 Pas PG sur diagonal arrière G (7:30), TAP pointe PD à côté PG (12:00)
5&6 COASTER STEP: reculer ball D – reculer ball G à côté PD – pas PD avant
7&8 SHUFFLE G avant : pas PG avant - PD à côté PG – pas PG avant

Section 4 : STEP FORWARD PIVOT ¼ LEFT, CROSS SHUFFLE RIGHT, SIDE ROCK LEFT, CROSS SHUFFLE LEFT

1-2 pas PD avant - Pivot ¼ de tour G – (appui PG)
3&4 CROSS TRIPLE D vers G : croisé PD devant PG – pas PG à G – croisé PD devant PG
5-6 ROCK STEP lateral G côté G, revenir sur PD côté D
7&8 CROSS TRIPLE G vers D : croisé PG devant PD – pas PD à D – croisé PG devant PD

Restart :

Mur 4 face à 3:00 : Danser les 8 comptes de la première section et redémarrer la danse

Prenez soins de vous et danser avec le sourire

Contact: cecdance@gmail.com