

Return to Sender (fr)

拍數: 32 牆數: 4 級數: Débutant
編舞者: Maria Nix (DE) - Février 2022
音樂: Return to Sender - Elvis Presley : (Album: Girls, Girls, Girls - 1962)



Intro: Commencez après 16 temps, avec, "I gave a letter ..." - , no tag, no restart

Section 1: Triple step, rock arrière droit, triple step, rock arrière gauche

- 1&2 pas à droite avec le pied droit, fermer le pied gauche à côté du pied droit, pas à droite avec le pied droit
- 3-4 reculez avec le pied gauche avec le poids sur le pied gauche, le pied droit reste sur place, remettez le poids sur le pied droit
- 5&6 pas à gauche avec le pied gauche, fermer le pied droit à côté du pied gauche, pas à gauche avec le pied gauche
- 7-8 reculez avec le pied droit avec le poids sur le pied droit, le pied gauche reste sur place, remettez le poids sur le pied gauche

Section 2: Pas de verrouillage du pas droit, pas de ½ tour (6 heures), Pas de verrouillage du pas gauche, pas de ¼ (3 heures)

- 1&2 avancer le pied droit, croiser le pied gauche derrière le pied droit, avancer le pied droit
- 3-4 avancer le pied gauche, ½ tour face à 6h
- 5&6 avancer avec le pied gauche, croiser le pied droit derrière le pied gauche, avancer avec le pied gauche
- 7-8 avancer le pied droit, ¼ de tour face à 3h

Section 3 : Kick ball step, step lock step back droite/gauche, back rock

- 1&2 donner un coup de pied droit vers l'avant, placer le pied droit avec le poids sur la plante du pied, déplacer le poids vers le pied gauche avec un pas
- 3&4 reculer du pied droit, croiser le pied gauche sur le pied droit, reculer du pied droit
- 5&6 reculer du pied gauche, croiser le pied droit devant le pied gauche, reculer du pied gauche
- 7-8 reculez avec le pied droit avec le poids sur le pied droit, le pied gauche reste sur place, remettez le poids sur le pied gauche

Section 4 : Pivot du coup de pied, maintien croisé droite/gauche

- 1-2 pointe du pied droit à côté du pied gauche tout en tournant les deux genoux vers la gauche en même temps, coup de pied en avant avec le pied droit tout en tournant les deux genoux en arrière
- 3-4 croiser le pied droit sur le pied gauche et tenir pendant un autre compte
- 5-6 pointe du pied gauche à côté du pied droit tout en tournant les deux genoux vers la droite en même temps, coup de pied en avant avec le pied gauche tout en tournant les deux genoux vers l'arrière
- 7-8 croiser le pied gauche sur le pied droit et tenir pendant un autre compte

Répétez jusqu'à la fin