Puisqu'il faut se lever (P) (fr)

拍數: 32 **牆數:** 1 **級數:** Danse de Partenaire - Novice facile
編舞者: Val Le Maitre (FR) & Martine Deparday (FR) - Juin 2024
音樂: Puisqu'il faut se lever - Joémi

Position : Côte à côte , homme à l'intérieur , femme à l'extérieur du cercle
Les pas des Femmes sont inversés par rapport aux pas des Hommes

[1-8] Mambo step R Fwd- mambo step L Fwd -Step R heel twist -Heels twist ¼ L

1&2	Pas D en avant - revenir sur PG – Pas D en arrière
3&4	Pas G en arrière – revenir sur PD – pas G en avant
5&6	Pas D en avant (Pdc PG) - Pivoter talon D vers la D – ramener talon au centre
7&8	Pivoter les 2 talons vers la D avec ¼ tour à G – ramener les talons an centre (finir Pdc à G)

(H et F se retrouvent dos à dos)

[9-16] Step turn step R – Turning vine ¼ L – Walk R L – triple step Fwd R

1&2	Pas D devant - ½ tour à G – Pas D devant (H et F face à face)
3&4	PG à G - PD derrière PG – PG à G ¼ tour à G (H et F côte à côte) Restart ici à la 3ème routine
5-6	Marche D – Marche G
5-6	Option Femme : ½ à D PG derrière- ½ tour à D PD devant
7&8	Pas D devant – Pas G à côté PD – Pas D devant

[17-24] Walk L R – Run L R L with ¼ L – Walk R L with ¼ L – Run R L R with ¼ L

1-2	Marche G – Marche D
3&4	Petit pas G – Petit pas D – Petit pas G avec ¼ tour à G
5-6	Marche G – Marche D avec ¼ tour à G
7&8	Petit pas D – Petit pas G – Petit pas D avec ¼ tour à G (H et F face à face)

[25-32] Side L – Together – triple step ¼ L – Toe heel stomp R L

1-2	Pied G à G – rassemble PD (Pdc à D)
3&4	PG à G-rassemble PD à côté PG – ¼ à G , PG devant (H et F côte à côte) Restart ici à la 6ème routine
5&6	Pointe talon stomp PD
7&8	Pointe talon stomp PG

Restart après 4 comptes de la 2ème section à la 3ème routine
Restart après 4 comptes de la 4ème section à la 6ème routine

Légende : D = Droit , G = Gauche , Pdc = Poids du corps
Recommencez la danse depuis le début , amusez vous et remerciez votre cavalier et cavalière

Last Update – 3 Feb. 2025 – R3