

21 Days (fr)

拍數: 32 牆數: 4 級數: Debutant
編舞者: Sandrine ROCAFULL (FR) - Juillet 2025
音樂: 21 Days - Sara Evans



Intro: 16 comptes

Section 1: TOE STRUT FWD (R & L), R ROCKING CHAIR

- 1-2 Poser la plante du PD devant - Abaisser le talon D au sol
- 3-4 Poser la plante du PG devant - Abaisser le talon G au sol
- 5-6 Poser PD devant - Revenir en appui sur PG
- 7-8 Poser PD derrière - Revenir en appui sur PG

Section 2: VINE R, TOUCH L, VINE L, SCUFF R

- 1-2 Poser PD à droite - Croiser PG derrière PD
- 3-4 Poser PD à droite - Toucher la pointe du PG à côté du PD
- 5-6 Poser PG à gauche - Croiser PD derrière PG
- 7-8 Poser PG à gauche - Frotter le sol avec le talon D vers l'avant

Section 3: TRIPLE STEP R FWD, STEP ½ TURN to R, TRIPLE STEP L FWD, STEP ¼ TURN to L

- 1&2 Poser PD devant - Ramener le PG à côté PD - Poser PD devant
- 3-4 Poser PG devant - Pivoter ½ à droite (Poids du corps sur PD) [06:00]
- 5&6 Poser PG devant - Ramener le PD à côté du PG - Poser PG devant
- 7-8 Poser PD devant - Pivoter ¼ de tour vers la gauche (Poids du corps sur PG) [03:00]

Section 4: WEAVE, HEEL FANS (R & L)

- 1-2 Croiser PD devant PG - Poser PG à G
- 3-4 Croiser PD derrière PG - Poser PG à G
- 5-6 Pivoter le D vers l'intérieur - Ramener le talon D au centre
- 7-8 Pivoter le talon G vers l'intérieur - Ramener le talon G au centre.

HAVE FUN & ENJOY!!!
