Easy Apple Jack (fr)

拍數: 32 **牆數:** 2 **級數:** Intermediate quickstep

編舞者: Séverine Fillion (FR)

音樂: One Step At a Time - Buddy Jewell

HEEL BALL HEEL BALL - TOE TOUCH

1&	Touch talon droit devant - un pas pied droit à côté du pied gauche
2&	Touch talon gauche devant - un pas pied gauche à côté du pied droit
3&	Touch pointe pied droit côté droit - un pas pied droit à côté du pied gauche
4&	Touch pointe pied gauche côté gauche - un pas pied gauche à côté du pied droit

KICK BALL POINT LEFT - POINT RIGHT - KNEE ROLL RIGHT WITH ¼ TURN RIGHT

5&	Kick pied droit devant - un pas pied droit à côté du pied gauche
6&7	Touch pointe pied gauche côté gauche - un pas pied gauche à côté du pied droit - touch pointe pied droit côté droit
&8	Rentrer le genoux droit vers le center (&) - pousser le genoux droit vers l'extérieur en effectuant un ¼ de tour vers la droite

KICK BALL STOMP - HEEL SWIVELL

9&10	Kick pied droit devant - ramener le pied droit à côté du pied gauche - stomp pied gauche devant le pied droit
11&12	Swivell des talons out - in - out

KICK BALL POINT LEFT - POINT RIGHT - KNEE ROLL RIGHT WITH ¼ TURN RIGHT

13&	Kick pied droit vers l'avant - un pas pied droit à côté du pied gauche
14&15	Touch pointe pied gauche côté gauche - un pas pied gauche à côté du pied droit - touch pointe pied droit côté droit
&16	Rentrer le genoux droit vers le center (&) pousser le genoux droit vers l'extérieur en effectuant un ¼ de tour vers la droite

HOOK - RIGHT SHUFFLE - RIGHT FULL TURN

&17&18	Hook: croiser le pied droit devant le tibia gauche (&) shuffle droit vers l'avant
19-20	Step gauche arrière avec ½ tour vers la droit - step droit avant en faisant un ½ tour vers la droit

LEFT SHUFFLE - RIGHT SCUFF/ HITCH - RIGHT STOMP - LEFT STOMP

21&22	Shuffle gauche vers l'avant
23&24	Scuff / hitch droit sans sauter - stomp droit - stomp gauche sur place (en sautant légèrement)

APPLE JACK (MOUVEMENT DES PIEDS SUR PLACE)

25	Poids sur le talon gauche et sur la pointe droit tourner pointe gauche et talon droit à gauche (position en v)
&	Ramener pointe gauche et talon droit au center
26	Poids sur le talon droit et sur la pointe gauche tourner pointe droit et talon gauche à droite (position en v)
&	Ramener les pieds ensemble au center
27&28&	Recommencer les comptes 25 & 26

STEP BACK / HEEL BALL STOMP - HIP BUMP

29&30	Petit pas droit en arrière avec talon gauche devant - ramener pied gauche à côté du pied droit - stomp pied droit devant
31&32	Hip bump: balancement des hanches vers l'avant, arrière, avant

REPEAT

TAG
4 temps à la fin des murs 2 - 4 et 5
1-4 Right touch with ¼ turn left x 4 (full turn)
Touch pied droit sur la droite, sans le poids du corps, en effectuant un ¼ de tour vers la gauche en appui sur le pied gauche. Et cela 4 fois pour faire un tour complet sur place

---