

# Jet Lag (ca)

COPPERKNOB  
BY STEPHENETS

Count: 32

Wand: 2

Ebene: Improver Contra

Choreograf/in: Cecilia Coscolla (ES) & Montse Bou (ES) - September 2011

Musik: Buckshot Buck - Billy Paul



**Parets: 2 Contra Dance (ó Line Dance) - si ballem en Contra Dance, col.locar-se d'esquenes al centre (tots mirant enfora) e intercalats -**

**Intro: 4x8 - Seqüència: 4-32-32-4-32-32-4-32 (Instr.) -32 (Instr.)-4-32-32-4-32-32-32-16**

## DESCRIPCIÓ DELS PASSOS

### KICK, TOE ½ TURN, KICKS x3, HOOKS x2, STOMP

- 1-2 Puntada endavant peu dret, marcar punta peu dret enrere girant alhora ½ volta a la dreta (06:00)
- 3-5 3 patades endavant (saltant): peu dret, peu esquerre, i peu dret  
**(patada endavant peu dret, tornar peu dret a lloc i fer patada amb el peu esquerre, tornar peu esquerre a lloc i patada endavant amb el peu dret).**
- &6-&7 Hook peu esquerre enrere, Hook dret enrere  
**(tornem peu dret a lloc, i fem Hook enrere amb el peu esquerre, tornem peu esquerre a lloc, i fem Hook enrere amb el peu dret)**
- 8 Stomp a lloc baixant el peu dret a lloc.

### SWIVET RIGHT, SWIVET LEFT w. ½ TURN, HOLD, STEP, CROSS, ½ TURN, HOLD

- 9-10 Swivet a la dreta, i tornem al centre
- 11-12 Swivet a l'esquerra girant ½ volta a l'esquerra, Hold (12:00)
- 13-14 Pas peu dret a la dreta, creuem peu esquerre per darrere (aquí canviem de "forat"- 1 espai a la dreta)
- 15-16 Girem sobre les puntes ½ volta a l'esquerra, Hold.(06:00)

### ROCKING CHAIR, STEP, ½ TURN LEFT, STOMPS x2

- 17-18 Rock peu dret endavant, tornem al pes a l'esquerre
- 19-20 Rock peu dret enrere, tornem al pes a l'esquerre
- 21-22 Pas peu dret endavant, girar ½ volta a l'esquerra (12:00)
- 23-24 Dos Stomps amb peu dret a lloc.

### HEEL, TOE, ½ TURN RIGHT & HEEL TOUCH (x2), STEP, CLOSE, HEEL BOUNCES

- 25-26 Toc de taló dret davant, i Touch punta dreta darrerere (06:00)
- &27 Pivotar ½ volta a la dreta sobre el peu esquerre (que fa d'eix), i marquem (toc) taló dret davant,
- 28 Toc taló dret davant
- 29-30 Pas llarg endavant amb el peu dret, i juntem peu esquerre al costat del dret (aquí fem el canvi de files)
- &31-&32 Aixequem una mica els talons doblgant els genolls (els dos alhora), i baixem els talons picant (repetir 2 vegades).

**Tornar a començar...**

**TAG (és a dir, que tots els PONTS són iguals, curts i repetitius = de 4 temps):**

**La cançó ja escomença amb 1 PONT :**

### TOE STRUTS

- 1-2 Marcar punta dreta a lloc, i baixem el taló
- 3-4 Marcar punta esquerra a lloc, i baixem el taló.

En "total" son 5 ponts, que es faran sempre que arribem a les (12.00) , o sigui, a la paret inicial.  
Després no hi ha més ponts, i es fan els 32 counts seguits fins al final.  
La última paret acaba als 16 counts.

---