

# Seasons (fr)

Count: 32

Wall: 2

Level: Debutant

Choreographer: Vanessa LASHERAS (FR) - Mars 2024

Music: Seasons - Thirty Seconds to Mars



La danse commence après 32 comptes

## SECTION 1 - Walk R L, Mambo step FWD, Toe L back, 1/2turn, Step FWD, ½ turn

- 1-2 Poser PD devant, poser PG devant
- 3&4 Poser PD à l'avant, retour sur PG, poser PD à l'arrière
- 5-6 Pointer PG à l'arrière, demi-tour à gauche
- 7-8 Poser PD devant, demi-tour à gauche

## SECTION 2 - Side rock R, cross shuffle, Sways, touch

- 1-2 Poser PD à D, ramener poids du corps PG
- 3&4 Croiser PD devant PG 2 fois à gauche
- 5-6 PG à gauche en balançant à G, PD à droite en balançant à D
- 7-8 PG à gauche en balançant à gauche, toucher pointe D

Deux restarts au 2 -ème et 4 -ème mur après 16 comptes

## SECTION 3 - Shuffle R, Rock cross L FWD, Shuffle L, rock cross R FWD

- 1&2 Poser PD à droite, ramener PG vers PD, poser PD à droite
- 3-4 Croiser PG devant le PD, poser PD derrière
- 5&6 Poser PG à gauche, ramener PD vers PG, poser PG à gauche
- 7-8 Croiser PD devant le PG, poser PG derrière

## SECTION 4 - Shuffle R ¼ turn, step L FWD ¼ turn, shuffle L FWD, sways

- 1&2 Poser PD à droite, ramener PG vers PD à droite en faisant un quart de tour à droite
- 3-4 Poser PG devant, faire un quart de tour vers la droite
- 5&6 Poser PG devant, ramener PD vers PG, poser PD devant
- 7-8 Poser PD à droite en balançant à droite, poser PG à gauche en balançant à gauche

## FINAL

Poser PD devant et faire demi-tour à gauche

---