

# Been Left (fr)

**COPPER** **NOB**  
BYEPOSTETS

**Count:** 32

**Wall:** 1

**Level:** ultra-débutant

**Choreographer:** Don Pascual (FR) - Mars 2013

**Music:** I Ain't Been Right, Since I've Been Left - Dale Watson



Cette danse est tout spécialement dédiée aux « Chinook Country Line Dancers » de Calgary (Canada)

Commencer après 64 T à compter du 1er temps fort sur le mot «Wake»

**Section 1: R Heel forward, hold, R toe behind, hold, runs forward R, L, R, hold**

1-4 Talon D devant, pause, Pointe D derrière , pause

5-8 3 pas vers l'avant ( D, G, D ) en courant, pause

**Section 2: L heel, L hook, L heel, hold, runs backward (L, R, L), hold**

1-4 Talon G devant, croiser pied G devant tibia D, talon G devant, pause

5-8 3 petits pas vers l'arrière (G, D, G ) en courant, pause

**Section 3: (R heel, R hitch making 1/8 T to the L) x4**

1-2 Talon D devant, lever genou D en faisant 1/8 T à G

3-4 Talon D devant, lever genou D en faisant 1/8 T à G

5-6 Talon D devant, lever genou D en faisant 1/8 T à G

7-8 Talon D devant, lever genou D en faisant 1/8 T à G

**Option: (R heel, R hook, R heel, R flick making ¼ T to the L) x2**

(Talon D devant, croiser pied D devant tibia G, talon D devant, plier jambe D vers arrière en faisant ¼ T à G) x2

**Section 4: Runs forward (R, L, R), hold, swivel with ¼ T to the L, swivel, swivel with ¼ T to the L, hold**

1-4 3 petits pas vers l'avant ( D, G, D ) en courant, pause

5-8 Pivoter les talons vers la D avec ¼ T à G, pivoter talon vers la G, pivoter talons vers la D avec ¼ T vers la G (finir appui pied G), pause

**Nota:** les pas de la section 1 doivent être plus grands que ceux des sections 2 et 4, afin de recommencer chaque mur à la même place.

Recommencez avec le sourire...

Contact: [countryscal@orange.fr](mailto:countryscal@orange.fr)