

Fox On The Run (fr)

Compte: 88

Mur: 4

Niveau: Novice - Country Polka



Chorégraphe: Flo Moresteps (FR) - Septembre 2014

Musique: Fox on the Run - Brett Kissel & Steve Fox : (Album: Tried and True, A Canadian Tribute)

Intro: 6 + 8 temps - Démarrer sur: She*walked*

SECTION 1: Shuffle Fwd, ¼ Shuffle Fwd, Kick, Kick, Coaster step

1&2 Chassé devant (DGD)
&3&4 ¼ tour à gauche, Chassé devant (GDG) [9h]
5-6 Kick D devant, Kick D devant
7&8 PD derrière, PG à côté du PD, PD devant

SECTION 2: Shuffle Fwd, ¼ Shuffle Fwd, Heel-Hitch(+Claps), Rock Back, Recover, Close, ½ pivot

1&2 Chassé devant (GDG)
&3&4 ¼ tour à droite, Chassé devant (DGD) [12h]
5&6& Talon G devant, Hitch+ clap, Talon G devant, Hitch+clap
7&8 PG derrière, revenir sur PD, Poser PG à côté du PD
9-10 PD devant, ½ à gauche [6h]

SECTION 3 (= SECTION 1) [3h]

SECTION 4 (= SECTION 2): [12h]

* Final sur 5ème mur face à 12h

SECTION 5: Side Rock, Behind-Side-Cross, Side Rock, Behind-1/4-Step

1-2 Pose PD à droite, revenir sur PG
3&4 Croise PD derrière PG, pose PG à gauche, Croise PD devant PG
5-6 Pose PG à G, revenir sur PD
7&8 Croise PG derrière PD, ¼ à droite en posant PD devant, Poser PG devant [3h]

SECTION 6: Toe&Toe & Heel-Hook-Heel & Toe&Toe & Heel-Hook-Heel

1&2& Pointe D à droite, pose PD à côté du PG, Pointe G à gauche, pose PG à côté du PD
3&4& Talon D devant, Hook PD, Talon D devant, pose PD à côté du PG
5&6& Pointe G à gauche, pose PG à côté du PD, Pointe D à droite, pose PD à côté du PG
7&8& Talon G devant, Hook PG, Talon G devant, poser PG à côté du PD

SECTION 7: Walk, Walk, Shuffle Forward, Hinge Turn, Cross, Clap, Clap

1-2 Pose PD devant, Pose PG devant
3&4 Pose PD devant, Ramène PG à côté du PD, Pose PD devant
5-6 ¼ vers la droite en posant PG derrière, ¼ vers la droite en posant PD devant [9h]
7&8 Croisé PG devant PD, clap, clap

SECTION 8: Side, Touch, Side Shuffle, Sailor step, Sailor step, Jump, Jump

1-2 Pose PD à droite, Touch PG à côté du PD
3&4 Pose PG à gauche, Pose PD à côté du PG, Pose G à gauche
5&6 Pose PD derrière PG, Pose PG à gauche, Pose PD à droite
7&8 Pose PG derrière PD, Pose PD à gauche, Pose PG à gauche
9-10 Petit saut en arrière à deux pieds, Petit saut en arrière (PDG à G)

SECTION 9 (= SECTION 7): [3h]

SECTION 10 (= SECTION 8): [3h]

Reprendre la danse à la section 1

FINAL (Sur le 5ème mur après la section 4 face à 12h)

SECTION 5 sans ¼: Side Rock, Behind-Side-Cross, Side Rock, Behind-Side-Cross

- 1-2 Pose PD à droite, revenir sur PG
- 3&4 Croise PD derrière PG, pose PG à gauche, Croise PD devant PG
- 5-6 Pose PG à G, revenir sur PD
- 7&8 Croise PG derrière PD, pose PD à droite, Croise PG devant PD

Pivot ½, Pivot ½

- 1-2 Pose PD devant, ½ vers la gauche (PDC à G) [6h]
- 3-4 Pose PD devant, ½ vers la gauche (PDC à G) [12h]

SECTION 5 sans ¼: Side Rock, Behind-Side-Cross, Side Rock, Behind-Side-Cross

SECTION 6 avec stomp final: Toe&Toe & Heel-Hook-Heel & Toe&Toe & Heel-Hook-Stomp

- 1&2& Pointe D à droite, pose PD à côté du PG, Pointe G à gauche, pose PG à côté du PD
- 3&4& Talon D devant, Hook PD, Talon D devant, pose PD à côté du PG
- 5&6& Pointe G à gauche, pose PG à côté du PD, Pointe D à droite, pose PD à côté du PG
- 7&8 Talon G devant, Hook PG, Stomp G devant

Respirez, levez la tête, souriez

Fiche Modifiée: 17 Février 1018

Retrouvez plus de chorégraphies sur <http://CountryAGogo.free.fr>

Copyright © Flo Moresteps (flo.moresteps@gmail.com)
