

# Cross Country (fr)

**COPPER** **KNOB**  
BY STEPHENETS

Compte: 32

Mur: 4

Niveau: Novice Polka

Chorégraphe: Nath SASSARO (FR) - 1 Novembre 2021

Musique: Cross Country - BRELAND



**\*\*0 Tag - 0 restart**

Intro : 16 counts (Approx 12 s)

## **SQ 1 : Back Shuffle- Back Rock-Step-L 1/4T-Step- Behind-Side-Cross**

- 1&2 Reculer PD (1) assembler PG au PD (&) Reculer PD (2)  
3-4 Reculer PG (3) Replacer PDC sur PD (4)  
5-6 Pas avant sur PG (5) 1/4T à G et poser PD à droite (6)  
7&8 Croiser PG derrière PD (7) Poser PD à D (&) Croiser PG devant PD (8) (9 :00)

## **SQ2 : Side Rock-Cross shuffle-Side Rock-Back Rock**

- 1-2 Pas à D (1) Replacer le PDC sur PG (2)  
3&4 Croiser PD devant PG (3) Poser PG à G (&) Croiser PD devant PG (4)  
5-6 Pas à G (5) Replacer le PDC sur PD (6)  
7-8 Reculer PG (7) Replacer PDC sur PD (8) (9 :00)

## **SQ3 : Shuffle Fwd-Rock Fwd-Syncopated Back Rocks**

- 1&2 Pas avant du PG (1) Assembler PD au PG (&) Pas avant du PG (2)  
3-4 Avancer PD (3) Replacer le PDC sur PG (4)  
&5-6 Assembler PD au PG (&) Reculer PG (5) Replacer PDC sur PD (6)  
&7-8 Assembler PG au PD (&) Reculer PD (7) Replacer PDC sur PG (8) (9 :00)

## **SQ4 : Step Fwd- R 1/4T -Step- R 1/4T Sailor step-Side Rock-Together-Point-Touch**

- 1-2 Pas avant du PD (1) 1/4T à D en posant le PG à G (2)  
3&4 Croiser PD derrière PG (3) 1/4T à D, en posant PG à G (&) poser PD à D (4)  
5-6 Pas à G (5) Replacer le PDC sur PD (6)  
&7-8 Assembler PG au PD (&) Pointer PD à D (7) Poser Pointe du PD à côté du PG (8) (3 :00)

**Final :**

Quand la musique ralentit, continuer de danser ...

Pour finir sur le mur de 12 :00, faire ½ tour vers la gauche après le « cross shuffle » de la SQ2, au lieu du side rock (il suffit juste de « dévisser » doucement vers la gauche)

Laissez-vous porter par la musique

D=Droite - G=Gauche - AV = Avant - PD= Pied Droit - PG=Pied Gauche PDC=Poids Du Corps Pte=Pointe  
CROSS COUNTRY -20211101 Contact: natsas@orange.fr