

Sofia (fr)

拍数: 64 墙数: 4 级数: Intermédiaire facile
编舞者: Maryloo (FR) - Août 2016
音乐: Sofia - Álvaro Soler



Intro : 16 temps

RIGHT HEEL GRIND, COASTER STEP, HEEL GRIND TURNING ¼ L., COASTER STEP

- 1-2 Dig talon D devant (appui talon D, pointe " in"), tourner la pointe D vers la droite ("out") en remettant le poids sur le PG □légèrement de côté
- 3&4 PD arrière, PG à côté du PD, PD avant
- 5-6 Dig talon G devant (appui talon G, pointe " in"), faire ¼ de tour à G en tournant la pointe G vers la G et en remettant le □poids sur le PD légèrement arrière
- 7&8 PG arrière, PD à côté du PG, PG avant (9.00)

CROSS, HOLD, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK , BEHIND, SIDE, CROSS

- 1-2 Cross PD devant PG, hold
- &3&4 PG côté G, cross PD devant PG, PG côté G, cross PD devant PG
- 5-6 Rock PG côté G, revenir sur PD
- 7&8 PG derrière PD, PD côté D, cross PG devant PD

RESTART ici sur le 3ème et 7ème mur

SIDE, HOLD,TOGETHER, SIDE,TOUCH (TO RIGHT SIDE & TO LEFT SIDE)

- 1-2 PD côté D, hold
- &3-4 PG à côté du PD, PD côté D, touch PG à côté du PD
- 5-6 PG côté G, hold
- &7 -8 PD à côté du PG, PG côté G, touch PD à côté du PG

R KICK BALL CHANGE, ROCKING CHAIR, STEP PIVOT ½ TURN L

- 1&2 Kick PD avant, PD à côté du PG, PG à côté du PD
- 3-6 Rock PD avant, revenir sur PG, rock PD arrière, revenir sur PG
- 7-8 PD avant, pivot ½ tour à G (appui PG) (3.00)

JUMP WITH FLICK, R SAILOR STEP, JUMP WITH FLICK, L SAILOR STEP ¼ TURN L

- 1-2 Jump PD en avant avec flick PG derrière la jambe D, revenir sur PG arrière avec sweep PD d'avant en arrière
- 3&4 Cross PD derrière PG, PG légèrement côté G, PD légèrement en avant
- 5-6 Jump PG en avant, avec flick PD derrière la jambe G, revenir sur PD arrière avec sweep PG d'avant en arrière
- 7&8 Terminer le sweep en effectuant ¼ de tour à G et cross PG derrière le PD,PD légèrement côté D, PG légèrement avant□ (12.00)

STEP LOCK, STEP LOCK STEP (TO RIGHT AND LEFT DIAGONAL)

- 1-2 PD sur la diagonale avant D, lock PG derrière PD
- 3&4 PD sur la diagonale avant D, lock PG derrière PD, PD sur la diagonale avant D
- 5-6 PG sur la diagonale avant G, lock PD derrière PG
- 7&8 PG sur la diagonale avant G, lock PD derrière PG, PG sur la diagonale avant G

TOUCH FRONT, TOUCH SIDE, SWITCH LEFT, SWITCH RIGHT (2X)

- 1-2 Touch/pointe PD devant, touch/pointe PD côté D
- &3&4 Switch PD à côté du PG, touch/pointe PG côté G, switch PG à côté du PD, touch/pointe PD côté D
- 5-6 Touch/pointe PD devant, touch /pointe PD côté D

&7&8 Switch PD à côté du PG, touch/pointe PG côté G, switch PG à côté du PD, touch/pointe PD côté D

VINE TO RIGHT, TOUCH, ROLLING VINE TO LEFT(1/4, 1/2, 1/2), TOUCH

1-4 PD côté D, PG à côté du PD, PD côté D, touch PG à côté du PD

5-8 ¼ de tour à G et PG avant, ½ tour à G et PD arrière, ½ tour à G et PG avant , touch PD à côté du PG (9.00)

RESTART : Sur les murs 3 et 7 , après 16 temps □□

TAG :□A la fin des murs 1 et 4 :

1-4 Bumps (D.G.D.G.)

Contact Chorégraphe : : malouwin@hotmail.fr - WEBSITE : www.line-for-fun.com
