

I'm Not Lost (fr)

拍数: 64 墙数: 4 级数:
编舞者: Romain Brasme (FR) & Marlon Ronkes (NL) - Décembre 2016
音乐: I'm Not Lost - Tom Frantzis



Restart : mur 2 & 6

Séquence 1

[1-8] ROCKSTEP RF – SHUFFLE R WITH ½ TURN R – WALK L FORWARD – ½ TURN R – WALK L FORWARD - TOGETHER

- 1-2 Rockstep avant PD : avancer PD en prenant appui dessus (1), revenir sur PG (2)
- 3&4 Shuffle PD avec ½ tour à D : avancer PD avec ½ tour à D (3), ramener PG près du PD (&), avancer PD (4) 6 : 00
- 5-6 Avancer PG (5), ½ tour à D (6) 12 : 00
- 7-8 Avancer PG (7), ramener PD près du PG (8)

Séquence 2

[9-16] STEP L TO L – HOLD – ROCKSTEP LF – CROSS SHUFFLE L TO R – ROCKSTEP R WITH ¼ TURN L

- 1-2 Poser PG à G (1), pause (2)
- &3-4 Ramener PD près du PG (&), rockstep PG à G : poser PG à G et prendre appui dessus (3), revenir sur PD (4)
- 5&6 Cross shuffle PG vers la droite : croiser PG devant PD (5), poser PD à D (&), croiser PG devant PD (6)
- 7-8 Rockstep PD à D avec ¼ de tour à G : poser PD à D et prendre appui dessus (7), poser PG devant avec ¼ de tour à G (8) 9 : 00

**** RESTART ICI AU MUR 2 & 6 ****

Séquence 3

[17-24] CROSS R – POINT L – CROSS L – POINT R – WALK FORWARD L – POINT L TO L WITH ¼ TURN R – CROSS L – POINT R

- 1-2 Croiser PD devant PG (1), pointer PG à G (2)
- 3-4 Croiser PG devant PD (3), pointer PD à D (4)
- 5-6 Avancer PD (5), pointer PG à G avec ¼ de tour à D (6) 12 : 00
- 7-8 Croiser PG devant PD (7), pointer PD à D (8)

Séquence 4

[25-32] JAZZBOX CROSS R – STEP R BACKWARD – HOLD – TOGETHER – STEP R BACKWARD – TOUCH L NEXT TO R

- 1-2 Croiser PD devant PG (1), reculer PG (2)
- 3-4 Poser PD à D (3), croiser PG devant PD (4)
- 5-6 Reculer PD en diagonale à D – 1 : 30 - (5), pause (6)
- &7-8 Ramener PG près du PD (&), poser PD derrière (7), pointer PG près du PD (8)

Ø Le corps est à 1 : 30

Séquence 5

[33-40] BUMP L WITH ¼ TURN L – BUMP R – BUMP L – HITCH R – BUMP R WITH 1/8 TURN R – BUMP L – BUMP R – HITCH L WITH 1/8 TURN L

- 1-2 Bump G avec ¼ à G (1), bump à D (2)
- Ø Le corps est en diagonale G
- 3-4 Bump G (3), hitch PD près du PG avec 1/8 de tour à D pour revenir à 12 : 00 (4)
- 5-6 Bump D avec 1/8 de tour à D (5), bump G (6)
- Ø Le corps est en diagonale D
- 7-8 Bump D (7), hitch PG près du PD avec 1/8 de tour à G pour revenir à 12 : 00 (8)

Séquence 6

[41-48] STEP L TO L – TOUCH R OVER L – STEP R TO R – TOUCH L OVER R – STEP L FORWARD WITH ¼ TURN L – STEP R BACKWARD WITH ½ TURN L – L BACKWARD – STEP R NEXT TO L

- 1-2 Poser PG à G (1), pointer PD devant PG (2)
- 3-4 Poser PD à D (3), pointer PG devant PD (4)
- 5-6 Poser PG devant avec ¼ de tour à G (5), poser PD derrière avec ½ tour à G (6)
- 7-8 Reculer PG (7), poser PD près du PG (8)

Séquence 7 (la même que la 5)

[49-56] BUMP L WITH ¼ TURN L – BUMP R – BUMP L – HITCH R – BUMP R WITH 1/8 TURN R – BUMP L – BUMP R – HITCH L WITH 1/8 TURN L

- 1-2 Bump G avec ¼ à G (1), bump à D (2)
- Ø Le corps est en diagonale G**
- 3-4 Bump G (3), hitch PD près du PG avec 1/8 de tour à D pour revenir à 12 : 00 (4)
 - 5-6 Bump D avec 1/8 de tour à D (5), bump G (6)

Séquence 8 (la même que la 6)

[57-64] STEP L TO L – TOUCH R OVER L – STEP R TO R – TOUCH L OVER R – STEP L FORWARD WITH ¼ TURN L – STEP R BACKWARD WITH ½ TURN L – L BACKWARD – STEP R NEXT TO L

- 1-2 Poser PG à G (1), pointer PD devant PG (2)
- 3-4 Poser PD à D (3), pointer PG devant PD (4)
- 5-6 Poser PG devant avec ¼ de tour à G (5), poser PD derrière avec ½ tour à G (6)
- 7-8 Reculer PG (7), poser PD près du PG (8)

Bonne danse à tous J

info/contact : romainbrasme@hotmail.fr
