

Dear Life (fr)

COPPERKNOB
STEPSHEETS

拍数: 64 墙数: 2 级数: Intermédiaire Phrasee - Polka
编舞者: Mike Liadouze (FR) - Janvier 2017
音乐: Dear Life - High Valley



Introduction : □ 16 temps - Sequence : AABB tag1 ABB tag2 AABB final

PARTIE A : 32 temps

A[1-8] □ ROCKING CHAIR, STEP TURN 1/2 L, 1/4 L KICK BALL CROSS

1-2 ROCKING CHAIR D : ROCK STEP PD avant, revenir appui PG,
3-4 ROCK STEP PD arrière, revenir appui PG
5&6 Pas PD avant, ..1/2 à G.. appui PG avant □(6:00)
7&8 ..1/4 à G.. KICK PD diagonal avant D, pas PD ensemble, CROSS PG devant PD □(3:00)

A[9-16] □ SYNCHOPATED WEAVE, BIG STEP SIDE, SAILOR STEP

&1&2 Pas PD ensemble, CROSS PG devant PD, pas PD ensemble, CROSS PG arrière PD1
&3&4 Pas PD ensemble, CROSS PG devant PD, pas PD ensemble, CROSS PG devant PD1
5-6 Grand pas PD côté, glisse PG ensemble
7&8 SAILOR STEP G : CROSS PG derrière PD, pas PD côté, pas PG côté

(1) option musical sur deux derniers A : HOLD à la place de &2 et &4

Soit : &1-2&3-4 : BALL CROSS, HOLD, BALL CROSS, HOLD

A[17-24] TOUCH BEHIND, UNWIND 1/2 R, CROSS TRIPLE, 1/2 R CROSS TRIPLE, ROCK STEP SIDE

1-2 TOUCH pointe D derrière PG, UNWIND ..1/2 à D.. appui PD côté □(9:00)
3&4 CROSS TRIPLE G : CROSS PG devant PD, pas PD côté, CROSS PG devant PD
5&6 ..1/2 à D.. CROSS TRIPLE D : CROSS PD devant PG, pas PG côté, CROSS PD devant PG □(3:00)
7-8 ROCK STEP PG côté, revenir appui PD

A[25-32] □ BALL CROSS, UNWIND 1/2 L, TRIPLE FORWARD, STEP TURN 1/2 R, 1/4 R SIDE, TOUCH

&1-2 Pas PG ensemble, CROSS PD devant PG, UNWIND ..1/2 à G.. appui PG avant □(9:00)
3&4 TRIPLE D avant : pas PD avant, pas PG ensemble, pas PD avant
5-6 Pas PG avant, ..1/2 à D.. appui PD avant, □(3:00)
7-8 ..1/4 à D.. pas PG côté, TOUCH pointe D ensemble □(6:00)

PARTIE B : 32 temps

B[1-8] □ TRIPLE DIAGONALLY SIDE x2, FULL TURN R, 1/4 R BIG STEP SIDE

1&2 ..1/8 à G.. TRIPLE D côté : pas PD côté, pas PG ensemble, pas PD côté □(10:30)
3&4 ..1/4 à D.. TRIPLE G côté : pas PG côté, pas PD ensemble, pas PG côté □(1:30)
5-6 ..3/8 à D.. pas PD avant, ..1/2 à D.. pas PG arrière □(12:00)
7-8 ..1/4 à D.. grand pas PD côté, glisse PG ensemble □(3:00)

B[9-16] □ CROSS, SIDE, SAILOR 1/4 L, CAMEL WALK HALF CIRCLE L

1-2 CROSS PG devant PD, pas PD côté
3&4 SAILOR 1/4 à G : CROSS PG derrière PD, ..1/4 à G.. pas PD côté, pas PG avant □(12:00)
5-6 ..1/8 à G.. pas PD avant POP genou G, ..1/8 à G.. pas PG avant POP genou D □(9:00)
7-8 ..1/8 à G.. pas PD avant POP genou G, ..1/8 à G.. pas PG avant POP genou D □(6:00)

B[17-24] □ STEP TURN 1/2 L, TRIPLE FORWARD, SLOW STEP, 1/4 R ROCK STEP SIDE 1/4 L

1-2 Pas PD avant, ..1/2 à G.. appui PG avant □(12:00)
3&4 TRIPLE D avant : pas PD avant, pas PG ensemble, pas PD avant
5-6 Pas PG avant, HOLD2
7-8 ..1/4 à D.. ROCK STEP PD côté, ..1/4 à G.. revenir appui PG □(12:00)

(2)option musical sur B impaire : CHEST POP « trying TO CATCH my breath »
B paire : BODY ROLL avant « dear LIFE »

B[25-32] □ 1/2 L BIG STEP BACK, COASTER STEP, JAZZ BOX

1-2 ..1/2 à G.. grand pas PD arrière, glisse PG ensemble □(6:00)
3&4 COASTER STEP G : pas PG arrière, pas PD ensemble, pas PG avant
5-6 JAZZ BOX D : CROSS PD devant PG, pas PG arrière,
7-8 Pas PD côté, pas PG avant

TAG 1 : (12:00)

[1-12] □ SLOW STEP TURN, ROCKING CHAIR, SLOW STEP TURN

1-2-3-4 Pas PD avant, HOLD, ..1/2 à G.. appui PG avant, HOLD □(6:00)
5-6 ROCKING CHAIR D : ROCK STEP PD avant, revenir appui PG,
7-8 ROCK STEP PD arrière, revenir appui PG
1-2-3-4 Pas PD avant, HOLD, ..1/2 à G.. appui PG avant, HOLD □(12:00)

TAG 2 : □ □ (6:00)

[1-4] □ SLOW STEP TURN

1-2-3-4 Pas PD avant, HOLD, ..1/2 à G.. appui PG avant, HOLD □(12:00)

FINAL : STOMP PD avant et lever bras en V □ (12:00)

Dédicace à « Lili » pour la musique !

Amusez-vous bien, bonne chance !!

Fiche Originale : Mike Liadouze (Mise à jour : 27/01/2017) - Email : mike.liadouze@gmail.com Site :
<http://mikeliadouze.free.fr>

Brevet Animateur Country Form' 1 & 2, Accrédité NTA DF4
