

# Bella Marina (fr)

拍数: 32      墙数: 4      级数: Débutant  
编舞者: Jean-Claude Frumence (FR) - Juin 2017  
音乐: Marina (quickstep -50 BPM) - The Dancelife Studio Orchestra & Singers



## Section 1: step L - step R - shuffle forward / rock forward - recover - shuffle back

1-2      PG sur place - PD sur place  
3&4      PG devant - rassembler PD - PG devant  
5-6      PD devant - revenir sur PG  
7&8      PD derrière - rassembler PG - PD derrière

## Section 2: back L - recover - shuffle L + ½ turn L + hitch / shuffle R - step L - step R

1-2      PG derrière - revenir sur PD  
3&4      PG de côté - rassembler PD - PG de côté + ½ tour à gauche + lever genou droit (6h)  
5&6      PD de côté - rassembler PG - PD de côté  
7-8      (ramener PG près du PD) PG sur place - PD sur place

## Section 3: side L (L diagonal) - cross - shuffle L / step R (R diagonal) - cross - shuffle R + hitch

1-2      PG de côté (en diagonale gauche) - croiser PD devant  
3&4      PG de côté - rassembler PD - PG de côté  
5-6      PD sur place (en diagonale droite) - croiser PG devant  
7&8      PD de côté - rassembler PG - PD de côté + lever genou gauche

## Section 4: shuffle L+¼ turn R+ hitch - shuffle R+¼ turn R+ hitch / shuffle L+¼ turn R+ hitch - shuffle R

1&2      PG de côté - rassembler PD - PG de côté + ¼ tour à droite + lever genou droit (9h)  
3&4      PD de côté - rassembler PG - PD de côté + ¼ tour à droite + lever genou gauche (12h)  
5&6      PG de côté - rassembler PD - PG de côté + ¼ tour à droite + lever genou droit (3h)  
7&8      PD de côté - rassembler PG - PD de côté

Restart au 5e mur : répéter la section 1 sur le mur de 12h

Le final mur de 6h, fin section 4 : sur 7-8 faire PD devant - pivot ½ tour à gauche - PG devant

Contact: [jclaufrumencemarl@gmail.com](mailto:jclaufrumencemarl@gmail.com)