

Do My Best (to decompress) (fr)

COPPER KNOB
BY STEPHEN

拍数: 32 墙数: 4 级数: Novice Cha Cha
编舞者: Myriam Ben Messaoud (FR) - Février 2012
音乐: Chill-Axin' - Toby Keith : (Album: Clancy's Tavern - 2011)



Musique: (téléchargement – download on iTunes & amazon)

Section 1 : Rock Step R – Triple step R – Rock step forward L – Triple step Turn .

1 - 2 Rock Step D avant
3 & 4 Triple step à D à droite
5 - 6 Rock step G avant
7 & 8 Triple step avec ¼ de tour à G [9:00]

Section 2 : Step R forward - Turn . L – Triple step R – Step L forward – Turn . R – Triple step L

1 - 2 Step D avant - ½ tour G
3 & 4 Triple step D avant
5 - 6 Step G avant - ½ tour D
7 & 8 Triple step G avant

Section 3 : Rock step R - Triple step R - Step L - Jazz Box

1 - 2 Rock step D avant
3 & 4 Triple step D à droite
5 - 6 Step G – D croisé devant G
7 - 8 G à gauche – D à droite

Section 4 : Bump L (twice) - Bump R (twice) – Coaster step L – Walk - walk (or full turn)

1 - 2 Bump 2 fois à G
3 - 4 Bump 2 fois à D
5 & 6 Coaster step G
7 - 8 Marche D – marche G (variation = full turn)

*TAGS + RESTART : Fin de la section 1

*4eme mur après les paroles "gonna do my best, to decompress, chill-axin"→ [12:00]

*8eme mur après les paroles "gonna do my best, to decompress, chill-axin"→[12:00]

1-2 Step D avant – pivot ½ T à G
3-4 Step D avant – pivot ½ T à G Et recommencer du début...en gardant le "smile"!

*TAG Fin de la section 1 – (dernier mur)

*10 eme mur après les paroles "to find my paradise, put this broken world on ice, chill-axin"→ [12:00]

1-2 Step D avant – pivot ½ T à G
3-4 Step D avant – pivot ½ T à G
5-6 Step D avant – pivot ½ T à G (Final avec salut).

You tube channel : SUNPEBBLES

E-Mail : benmessaoudmyriam@gmail.com