

Arrow (fr)

拍数: 32 墙数: 4 级数: Débutant
编舞者: Magali Bérenger (FR) - Juin 2018
音乐: Arrow - Rag'n'Bone Man



Intro 36 temps (les 4 derniers comptes de l'intro sont un break) Antihoraire

SCT 1 : Fwd, Point, Fwd, Point, Walks, Touch

- 1 - 2 Poser PD devant, Pointer PG à gauche
- 3 - 4 Poser PG devant, Pointer PD à droite
- 5 - 6 Marcher PD, Marcher PG
- 7 - 8 Marcher PD, Toucher PG à côté du PD

SCT 2 : Walks back, Touch, Knees Bend

- 1 - 2 Reculer PG, Reculer PD
- 3 - 4 Reculer PG , Toucher PD à côté du PG
- 5 - 6 Légèrement en diagonale avant droite ouvrir les genoux en les baissant, Revenir à une position debout normale
- 7 - 8 Légèrement en diagonale avant gauche ouvrir les genoux en les baissant, Revenir à une position debout normale

SCT 3 : Vine to the right, Touch, Vine to the left ,Touch

- 1 - 2 Poser PD à droite, Croiser PG derrière PD,
- 3 - 4 Poser PD à droite, Toucher PG à côté du PD
- 5 - 6 Poser PG à gauche, Croiser PD derrière PG
- 7 - 8 Poser PG à gauche, Toucher PD à côté du PG

SCT 4 : Toe struts, Toes Twists

- 1 - 2 Poser la plante du PD devant, Abaisser le talon droit
- 3 - 4 Poser la plante du PG devant, Abaisser le talon gauche
- 5 - 6 Poser PD à droite en faisant 1/4 de tour à droite (3:00), Pivoter d'1/2 tour à gauche (9:00)
- 7 - 8 Pivoter d'1/2 tour à droite (3:00), Pivoter d'1/2 tour à gauche (9:00)

(S'aider des épaules et se positionner sur sur la plante des pieds pour les comptes 5 à 8)

Style général de la danse : Restez sobre sur les couplets et mettez de l'énergie sur les refrains, lever les bras etc, soyez vous même !

Dédiacée aux élèves des classes CM1 et CM 2 de l'école Clos Marchand à Saint -Ismier

Recommencer au début avec le sourire

MAGALI BÉRENGER A.K.A MONTANA MAG © Montana Mag juin. 2018 Merci de ne pas modifier cette fiche de pas montanamag38@gmail.com montanamag38.wixsite.com/montanamag http://countryagogo.free.fr/