

Calma (fr)

拍数: 64 墙数: 4 级数: Débutant / Novice
编舞者: Maryloo (FR) - Janvier 2019
音乐: Calma (Remix) - Pedro Capó & Farruko



Intro : 80 temps (environ 36 secondes) pas de tag, pas de restart
Ou : 16 temps (environ 7 secondes) (si vous estimez la durée de l'intro trop longue !)
NB : Cette danse convient aussi aux débutants car la musique est très lente !

RUMBA BOX

1-2-3-4 PD côté D, PG à côté du PD, PD arrière, hold
5-6-7-8 PG côté G, PD à côté du PG, PG avant, hold

R SIDE MAMBO ¼ TURN LEFT, FLICK ½ TURN R , SHUFFLE FWD , FLICK ¼ TURN L

1-2-3-4 Rock PD côté D, pivot ¼ de tour à G (appui PG), PD avant, flick PG vers l'arrière et ½ tour à D (3.00)
5-6-7-8 PG avant, PD à côté du PG, PG avant, flick du PD vers l'arrière et ¼ de tour à G (12.00)

SHUFFLE FWD, FLICK ½ TURN R , SHUFFLE FWD ,SWEEP 1/4 TURN L

1-2-3-4 PD avant, PG à côté du PD, PD avant, flick PG vers l'arrière et ½ tour à D (6.00)
5-6-7-8 PG avant, PD à côté du PG, PG avant, sweep du PD de l'arrière vers l'avant avec ¼ de tour à G (3.00)

L CROSS ,SIDE, SWEEP, BEHIND, ¼ TURN R, STEP R FWD, STEP L FWD, HOLD

1-2-3-4 Cross PD devant PG , PG côté G, cross PD derrière PG, sweep du PG de l'avant vers l'arrière
5-6-7-8 Cross PG derrière PD, ¼ de tour à D et PD avant, (6.00), PG avant, hold

ROCKING CHAIR, STEP LOCK STEP, HOLD

1-2-3-4 Rock PD devant, revenir sur PG, rock PD arrière, revenir sur PG
5-6-7-8 PD avant, lock PG derrière PD, PD avant, hold

MAMBO 1/4 TURN L, HOLD, WEAVE

1-2-3-4 Rock PG avant, revenir sur PD et ¼ de tour à G, PG côté G, hold, (3.00)
5-6-7-8 Cross PD devant PG, PG côté G, cross PD derrière PG, PG côté G

R CROSS MAMBO , HOLD , L CROSS MAMBO, HOLD

1-2-3-4 Cross PD devant PG, revenir sur PG, PD côté D, hold
5-6-7-8 Cross PG devant PD, revenir sur PD, PG côté G, hold

PIVOT ½ TURN L, STEP,HOLD, BUMPS (3X),HOLD

1-2-3-4 PD avant, pivot ½ tour à G (appui PG)(9.00), PD avant, hold
5-6-7-8 Bumps (G.D.G.),hold

Contact Chorégraphe: Maryloo : maryloo.win68@gmail.com - WEBSITE : www.line-for-fun.com