

El Mismo Sol (fr)

拍数: 40 墙数: 2 级数:
编舞者: Antonella MAZZEO (FR) - Février 2019
音乐: El Mismo Sol (feat. Jennifer Lopez) - Álvaro Soler



Introduction : après 16 comptes

Section 1 : CROSS RECOVER SIDE RECOVER BEHIND SIDE CROSS SHUFFLE

1 2 Croise PD devant PG avec PDC*, revenir en appui sur PG,
3 4 Pose PD à D avec PDC*, revenir en appui sur PG,
5 6 Croise PD derrière PG, Pose PG à G, revenir en appui sur PG,
7 & 8 Croise PD devant PG, ramène PG à G, Croise PD devant PG (DGD)

Section 2 : SIDE ROCK CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK, RECOVER, SAILOR 1/4 TURN

1 2 PG à G avec PDC*, revenir appui sur PD,
3 & 4 croise PG devant PD, ramène PD à D, croise PG devant PD,
5 6 Pose PD à D avec PDC, revenir appui sur PG,
7 & 8 Sailor 1/4 tour : Croise PD derrière PG, revenir en appui PG, 1/4 de tour à D, pose PD devant,

Section 3 : ROCK FWD, RECOVER, TRIPLE TURN 1/2 + 1/4 TURN, SIDE ROCK, TOGETHER, SIDE, TOGETHER CLOSE TURN DIAGONALY 1/8ème

1 2 Pose PG devant avec PDC, revenir appui sur PD
3 & 4 1/2 tour à G Pose PG devant, rassemble PD à côté du PG, PG devant
5 6 1/4 de tour à G, Pose PD à D avec PDC, revenir en appui sur PG,
& 7 8 (&) rassemble PD à côté du PG, (7) Pose PG à G avec 1/8ème de tour à D (diagonale), rassemble PD à côté du PG (close : fermer et PDC à D)

Section 4 : CROSS, SIDE, SAILOR 1/4 TURN, 1/4 DIAMONT

1 2 Croise PG devant PD, Pose PD à D
3 & 4 Sailor 1/4 tour : Croise PG derrière PD, revenir en appui PD, 1/4 de tour à G, pose PG devant,
5 & 6 Croise PD devant PG, recule PG diagonale arrière , recule PD,
7 & 8 Croise PG derrière PD, Pose PD à D, Pose PG devant,

*Restart 2eme 5eme et 8eme mur.

Section 5 : WALK R/L, OUT OUT IN, STEP FWD, STEP TURN 1/2 (2X)

1 2 Marche PD devant, Marche PG devant
& 3 & 4 Out Out : PD devant sur la diagonale D, PG devant sur la diagonale G In : Ramène PD au centre, Pose PG devant
5 6 Pose PD devant, 1/2 tour à G
7 Pose PD devant, 1/2 tour à G

* PDC = POIDS DU CORPS

RESTART :

Mur 2 : Mur 5 : Mur 8 : après 32 comptes

Je danse donc je suis