

# My silver Lining (fr)

拍数: 64      墙数: 4      级数: Intermédiaire Phrasée  
编舞者: Nathalie Merry - Décembre 2015  
音乐: My Silver Lining - First Aid Kit : (Album: Stay Gold)



Intro : 2x8 temps

Phrase : A(32 t) - A(32 t) - A(16 t) - TAG (8 t) - B(32 t) - A(32 t) - A(32 t) - TAGx2 (16 t) - B(32 t) - A(32 t) A(32 t) A(32 t) jusqu'à la fin (Dernière mise à jour avril 2020)

Partie A: 32t

**SECTION A1: Triple step forward D into R Diagonal, L step fwd with 1/4t to R, L Cross, side behind side, L Cross Rock**

- 1&2      Avancer PD dans la diagonale D (1), ramener PG derrière le PD (&), avancer PD (2) 1h30  
3&4      Avancer PG (3), pivoter d' 1/4 t vers la D et mettre le PdC sur le PD (&), croiser le PG devant le PD (4) 4h30  
5&6      Poser le PD à D (5), croiser le PG derrière (&) et Poser le PD à D (6) 4h30  
7-8      Croiser le PG devant le PD (7), revenir sur le PD (8) 4h30

**SECTION A2: L Triple Step with 3/8t to L, R triple step with 1/2t to L, L Coaster Step, Full Turn to L**

- 1&2      Poser le PG en le tournant 1/8t à G (1), ramener PD à côté du PG (&) et avancer le PG avec 1/4t à G (2) 12h  
3&4      Faire 1/2t en posant le PD derrière le DG (3), ramener le PG vers le PD (&), reculer le PD (4) 6h  
5&6      Reculer le PG (5), mettre le PD à côté du PG (&), avancer le PG (6) 6h  
7-8      Faire 1/2t à G en reculant en PD (7), faire 1/2t à G en avançant le PG (8) 6h

\* Premier TAG de 8 temps

**SECTION A3: R Cross, back, back, L Cross, back, back with 1/4t to L, syncopated monterey 1/4t to D, syncopated monterey 1/2t to D**

- 1-2&      Cross PD devant PG dans la diagonale (1), reculer le PG (2), reculer le PD (&) 6h  
3-4&      Croiser PG devant PD dans la diagonale (3), reculer le PD (4), reculer le PG avec 1/4t à G (&) 6h  
5&6&      Pointer le PD à D (5), ramener le PD avec 1/4t à D à côté du PG (&), pointer le PG à G (6), ramener le PG à côté du PD (&) 6h  
7&8      Pointer le PD à D (7), ramener le PD avec 1/2t à D à côté du PG (&), pointer le PG à G (8) 12h

**SECTION A4: L Sweep- L Sailor step with 1/2t to L, R&L skate, run-run-run x2**

- 1&2      Dessiner 1/2 cercle au sol avec la pointe G vers l'arrière, la croiser derrière le PD et pivoter d' 1/2t vers la G (1), poser le PD à côté du PG (&), poser le PG légèrement en avant (2) 6h  
3&4&      Glisser le PD dans la diagonale avant D (3), glisser le PG à côté du PD et pivoter tout le corps d'1/4t à G vers la diagonale G (&) Glisser le PG dans la diagonale avant G (4), glisser le PD à côté du PG et pivoter tout le corps pour le ramener face à la ligne de danse (&) 6h  
5&6      Courir à petits pas D, G, D 6h  
7&8      Courir à petits pas G, D, G 6h

Partie B : 32 temps (toujours après un tag)

**Section B1: L pivot 1/2t, travelling triple full turn to R, R pivot 1/2t, travelling triple full turn to L**

- 1-2      Poser le PD devant (1), pivoter sur le PD pour faire 1/2 t à G(2) le poids du corps est sur le PG 9h  
3&4      Faire un tour complet en se déplaçant vers l'avant : poser le PD devant (3), faire 1/2 t à D en reculant le PG (&), faire 1/2 t à D en avançant le PD (4) 9h  
5-6      Poser le PG devant (5), pivoter sur le PG pour faire 1/2 t à D(2) le poids du corps est sur le PD 3h

7&8 Faire un tour complet en se déplaçant vers l'avant : poser le PG devant (7), faire ½ t à G en posant le PD derrière (&), faire ½ t à G en posant le PG devant (8) 3h

**Section B2: R Big step, syncopated L back rock, side, behind side cross, L step with ¼ t, chase turn to L**

1 Faire un grand pas à D avec le PD (1) 3h  
2&3 Poser le PG derrière le PD (2), remettre le poids du corps sur le PD (&), poser le PG à côté de PD (3) 3h  
4&5 Croiser le PD derrière le PG (4), mettre le PG à côté du PD (&), croiser le PD devant le PG (5) 3h  
6- Poser le PG avec ¼ t à G (6), 6h  
7-8-1 Avancer le PD (7), Pivoter 1/2t à G avec appui PG (8) faire 1/2t à G en reculant PD(1) 12h

**Section B3: L sweep back, R sweep back, scissor step x2 - L Touch**

2-3 dessiner 1/2 cercle au sol vers l'arrière avec la pointe G et poser le PG (2), dessiner 1/2 cercle au sol vers l'arrière avec la pointe D et poser le PD (3) 12h  
4&5 Poser le PG à G (4) rassembler le PD à côté (&) croiser le PG devant le PD (5) 12h  
6&7-8 Poser le PD à D (6) rassembler le PG à côté (&) croiser le PD devant le PG (7), poser la pointe du PG à côté du PD (8) 12h

**Section B4: 3 Moon walk GDG - hold - 4 Moon walk DGDG**

1-2-3-4 Reculer en glissant le PG et en pliant le genou D (1) , la pointe D en contact avec le sol, même chose avec le PD et en pliant le genou G(2), puis même chose avec le PG et en pliant le genou D (3), pause (4) 12h

**Variante au Moon walk : back step avec knee pop**

**Reculer le PG sans le faire glisser en pliant le genou D d'un coup sec (1) ...**

5-6-7-8 Moon walk en glissant le PD (5), Moon walk en glissant le PG (6), Moon walk en glissant le PD (7), Moon walk en glissant le PG (8) 12h

**Variante au Moon walk : back step avec knee pop de l'autre jambe**

**\*TAG : Step D à D - step G à G - triple step à D – step G à G - Step D à D - triple step 1/4t à G**

1-2 Poser le PD à D le torse vers la diagonale D avec légers swivels vers la D (1), mettre le PdC sur le PG à G le torse vers la diagonale G avec légers swivels vers la G (2) 6h  
3&4 Poser le PD à D (3), amener le PG à côté du PD (&), Poser le PD à D (4) le torse vers la diagonale D 6h  
5-6 poser le PG à G le torse vers la diagonale G avec légers swivels vers la G (5), mettre le PdC sur le PD à D le torse vers la diagonale D avec légers swivels vers la D (6) 6h  
7&8 Poser le PG à G (7), amener le PD à côté du PG (&), Poser le PG à G avec ¼ t à G (8) 3h

**Quand on danse le TAG deux fois de suite : après avoir dansé les 8 temps du 1er Tag, on pose le PD sur le temps 1 du second tag en faisant 1/4t à D, de manière à revenir sur le même mur face 6h.**

**Structure de la danse :**

**Partie A: 2x + 16 temps : Fini à 6h**

**TAG : 8 temps : 3h**

**Partie B : 12h**

**Partie A : 2x : 12h**

**TAG : 2x : 9h**

**Partie B: 6h**

**Partie A: 3x jusqu'à la fin : 12h**

---