

Good to Go (fr)

拍数: 32 墙数: 4 级数: Intermédiaire
编舞者: Scott Blevins (USA) - Février 2021
音乐: Good to Go (feat. Daphne Willis) - L'ONIS



Intro : 32 temps

Séquence : 32- 32- 32 -32 -16 restart - 24 restart - 32 - 15 avec final

[1 - 8] SIDE, POINT, ¼ TURN, ½ TURN, ½ TURN, FORWARD, ROCK, RECOVER, BACK, ¼ TURN, CROSS

- &1-2 PD côté D, pointer PG côté G en tournant le buste légèrement à D, ¼ de tour à G et PG avant (9.00)
3&4 ½ tour à G et PD arrière, ½ tour à G et PG avant , PD avant
5-6 PG avant et « Body Roll » vers l'avant, revenir sur PD en levant le talon G et « Body Roll » vers l'arrière
7&8 PG arrière, ¼ de tour à D et PD côté D, cross PG devant PD (12.00)

[9 -16] SIDE, TOUCH, ¼ TURN, STEP ½ PIVOT, ¼ TURN w/KNEE LIFT, CROSS ROCK, RECOVER, SIDE, TOGETHER, POINT, TOUCH, POINT

- 1&2 PD côté D, touch PG à côté du PD, ¼ de tour à G et PG avant (9.00)
3&4 PD avant, pivot ½ tour à G (appui PG) (3.00), ¼ de tour à G en ramenant le PD à côté du genou G(appui PG) (12.00)
5&6 Cross/rock PD devant PG, revenir sur PG, PD côté D
&7&8 PG à côté du PD, pointer PD côté D, touch PD à côté du PG, pointer PD côté D

Restart ici sur le 5ème mur (12.00)

[17-24] HITCH, CROSS, ½ UNWIND, BUMP L-R-L, SYNCOPATED JAZZ BOX, BIG STEP, CROSS

- &1-2 Hitch du PD, cross PD devant PG, « Unwind » ½ tour à G avec les pieds « apart » écartés de la largeur des épaules (appui PD) (6.00)
3&4 « Bump hips » : G-D-G
5&6& Cross PD devant PG, PG arrière, PD côté D, cross PG devant PD
7-8 Un grand pas PD côté D et glisser PG à côté du PD, cross PG devant PD

Restart ici sur le 6ème mur (6.00)

[25-32] RIGHT TOE HEEL SWIVEL, LEFT TOE HEEL SWIVEL, MAMBO ½ TURN, STEP, ¾ SPIRAL TURN

- 1&2 Touch PD à côté du PG (genou D « in »), touch le talon PD légèrement à D du PG (genou D « out »), cross PD devant PG
3&4 Touch PG à côté du PD (genou G « in »),touch le talon PG légèrement à G du PD (genou G « out »), cross PG devant PD
5&6 Rock PD avant, revenir sur PG, ½ tour à D et PD avant (12.00)
7-8 PG avant, ¾ de tour à D sur place (appui PG) pointe du PD croisé devant PG (9.00)

FINAL : Vous serez face à 3.00

Sur les comptes 14 & 15 , faire ¼ de tour à G en pointant le PD côté D (12.00)

Source :COPPERKNOB - Traduction Maryloo - maryloo.win68@gmail.com - WEBSITE :
www.line-for-fun.com