

# Runnin' Man (fr)

COPPERKNOB  
STEPSHETS

拍数: 64      墙数: 4      级数: Intermédiaire  
编舞者: Martine GUITTON (FR) - Mars 2021  
音乐: Runnin' Man - Matt Mason



Intro: 16 Temps

## SECT 1. WEAVE R, . R ROCK STEP, . R, TOUCH L

1-2            PD à D, croiser PG derrière PD  
3-4            PD à D, croiser PG devant PD  
5-6            ¼ à D, poser le PD devant, revenir sur PG  
7-8            ¼ à D poser PD à D, Touche PG à côté du PD

## SECT 1. WEAVE L, . L ROCK STEP, . L, TOUCH R

1-2            PG à G, croiser PD derrière PG  
3-4            PG à G, croiser PD devant PG  
5-6            ¼ G, poser le PG devant, revenir sur PD  
7-8            ¼ à G poser PG à G, Touche PD à côté du PG

\*\*\*RESTART ici mur 3 \*\*\*

## SECT 3. ROCK STEP R SWIVEL, BACK ROCK R, ROCK STEP R SWIVEL, BACK ROCK R,

1-2            Poser le PD devant avec PdC en pivotant les 2 talons vers l'extérieur, revenir en arrière sur PG en ramenant les 2 talons au centre,  
3-4            Poser le PD derrière le PG, revenir sur le PG  
5-6            Poser le PD devant avec PdC en pivotant les 2 talons vers l'extérieur, revenir en arrière sur PG en ramenant les 2 talons au centre,  
7-8            Poser le PD derrière le PG, revenir sur le PG

## SECT 4. ¼ TURN L, VINE R, TOUCH L, . L, FULL TURN L, TOUCH R

1-2            ¼ tour à G mettre PD à D, croisé PG derrière PD  
3-4            PD à D, Touche PG à côté du PD  
5-6            ¼ à G, PG devant, 1/2 à G poser PD derrière PG,  
7-8            ½ à G poser PG devant PD, touche PD à côté du PG

## SECT 5. STEP R FWD, HOOK BACK L & SLAP, STEP BACK L, HOOK R & SLAP, STEP BACK R, HOOK L & SLAP, STEP L, HITCH R & SLAP

1-2            PD devant, croiser PG derrière la jambe D avec tape main D sur talon G,  
3-4            PG derrière, croiser PD devant jambe G avec tape de la main G sur genou D  
5-6            PD derrière, croiser PG devant jambe D avec tape de la main D sur genou G  
7-8            PG devant, lever le genou D avec tape de la main G sur genou D

## SECT 6. STEP FWD R, SWIVEL, HOOK R, STEP FWD R, POINTE BACK L, . TO L, POINTE R

1-2            Poser le PD devant sans PdC, pivoter le talon D en extérieur  
3-4            Ramener le talon D au centre, Croiser PD devant jambe G  
5-6            Poser PD devant avec PdC, pointer PG derrière PD  
7-8            ½ à G PdC PG, pointer PD à D

## SECT 7. STEP R, POINTE L, STEP L, ROCK STEP R RECOVER, . R, STEP L, POINTE R

1-2            Poser le PD devant avec PdC, pointe PG à G,  
3-4            Poser PG devant PD, poser PD devant  
5-6            Revenir PdC sur PG, ½ à D PD devant PG,  
7-8            Poser PG devant PD, pointer PD à D

**SECT 8. STEP R, POINTE L, STEP L, ROCK STEP R RECOVER, . R, . R, TOUCH R**

- 1-2 Poser le PD devant, pointe PG à G,
- 3-4 Poser PG devant PD, poser PD devant avec PdC
- 5-6 Revenir PdC sur PG,  $\frac{1}{2}$  à D PD devant
- 7-8  $\frac{1}{4}$  à D poser PG à G, touche PD à côté du PG

**REPRENEZ AU DÉBUT ET GARDEZ LE SOURIRE !**

Contact [tinou.guitton@gmail.com](mailto:tinou.guitton@gmail.com) MG - Mars 21

Last Update - 1 May 2021

---