

Rise (fr)

拍数: 32 墙数: 4 级数: Intermédiaire
编舞者: Arnaud Marraffa (FR) - Avril 2021
音乐: Rise (Sing It Loud) - Caroline Jones : (CD : Rise - 2017)



Démarrer la danse après 16 comptes

[1-8] ROCK STEP FWD, ½ TURN TRIPLE STEP, STEP ¼ TURN, CROSS SHUFFLE

1-2 Poser PD devant en basculant PdC, revenir sur PG.
3&4 Pivoter ½ tour à D et pas chassé PD devant (PD, PG, PD)
5-6 Poser PG devant, pivoter ¼ tour à D en basculant PdC sur PD
7&8 Croiser PG devant PD, poser PD à D, croiser PG devant PD

[9-16] SLIDE, BALL CROSS, SIDE, ROCK BACK, KICK BALL STEP

1-2 Grand pas PD à D, glisser PG coté PD
&3-4 Poser PG coté PD, croiser PD devant PG, poser PG à G avec PdC
5-6 Poser PD derrière en basculant PdC, revenir sur PG
7&8 Kick PD devant, poser PD coté PG, poser PG devant avec PdC

[17-24] ROCK STEP FWD, TRIPLE STEP BACK, POINT BACK, ½ TURN, KICK BALL CROSS

1-2 Poser PD devant en basculant PdC, revenir sur PG
3&4 Pas chassé PD derrière (PD, PG, PD)
5-6 Point PG derrière PD, pivoter 1/2 tour à G (PdC sur PG)
7&8 Kick PD en diag. avant D, ramener PD coté PG, croiser PG devant PD

[25-32] SIDE ROCK, ½ TURN SIDE ROCK, JAZZ TRIANGLE

1-2& Poser PD à D en basculant PdC, revenir PG et faire un ½ tour à D en ramener PD coté PG
3-4 Poser PG à G en basculant PdC, revenir sur PD
5-6 Croiser PG devant PD, poser PD derrière
7-8 Poser PG à G, rassembler plante PD coté PG (PdC sur PG)

TAG : ROCKIN'CHAIR sur 4 comptes, Rock step PD devant, Rock step PD derrière.

*1er mur : 32 comptes

*2ème mur : 16 comptes (restart)

*3ème mur : 32 comptes

*4ème mur : 22 comptes (restart)

*5ème mur : 16 comptes + Tag (restart)

*6ème mur : 32 comptes

*7ème mur : 32 comptes

*8ème mur : 22 comptes (restart)

*9ème mur : 16 comptes + Tag (restart)

*10ème mur : 32 comptes

*11ème mur : 32 comptes + tag

*12ème mur : 32 comptes

*13ème mur : 16 comptes

Légende : PD = pied droit / PG = pied gauche / D = droite / G = gauche / PdC = poids du corps

Chorégraphie originale (rédigée par le chorégraphe) qui seule fait foi.

Restez vous-même, dansez en toute simplicité ...