

# 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 ...