

Gonna Rise Up (fr)

COPPERKNOB
STEPSHEETS

拍数: 32 墙数: 2 级数: Débutant / Novice
编舞者: Martine Canonne (FR) - Janvier 2022
音乐: Dry Bones - Gregory Porter & Troy Miller : (Album : Still Rising - iTunes)



Chorégraphie présentée lors des "Rencontres Nationales" d'Issoudun (Fr) Mars 2022

Départ : 2 comptes

BACK RF, KICK LF, ROCK BACK, STEP ¼ R, CROSS LF, SWEEP RF

- 1-2 Poser PD derrière, coup de pied PD devant
- 3 - 4 Poser PG derrière, revenir en appui PD
- 5 - 6 Poser PG devant, ¼ de tour à droite (03:00)
- 7 - 8 Croiser PG devant PD, sweep PD de l'arrière vers l'avant

STEP RF FWD, TOUCH LF, BACK LF, KICK RF, BACK-TOGETHER-BACK RF, TOUCH (OR HOLD)

- 1 - 2 Poser PD devant, toucher pointe PG derrière PD
- 3 - 4 Poser PG derrière, coup de pied PD devant
- 5 - 8 Ouvrir votre corps diagonale droite (face 04:30) en posant PD derrière, poser PG à côté du PD, poser PD derrière, toucher PG à côté du PD (Option sur le compte 8 : pause)

BACK LF, TOUCH RF, STEP RF, BRUSH LF, STEP ¼ R, CROSS LF, POINT RF

- 1 - 2 Ouvrir votre corps diagonale gauche (face 01:30) en posant PG derrière, toucher PD à côté du PG
 - 3 - 4 Revenir face à 03:00 en posant PD devant, broser le sol avec la pointe du PG
 - 5 - 6 Poser PG devant, ¼ de tour à droite (06:00)
 - 7 - 8 Croiser PG devant PD, toucher pointe PD à droite
- *** RESTART ici sur les murs 6 (face à 12:00) et 11 (face à 06:00)

STEP RF, POINT LF SIDE-FWD-SIDE, BACK LF, POINT RF SIDE-FWD-SIDE

- 1 - 4 Poser PD devant, toucher pointe PG à gauche, toucher pointe PG devant, toucher pointe PG à gauche
- 5 - 8 Poser PG derrière, toucher pointe PD à droite, toucher pointe PD devant, toucher pointe PD à droite

FINAL : pour finir face à 12:00, faire : pointe PD derrière PG, ½ tour à droite (PDC sur PD)

martine@talons-sauvages.com <http://danseavecmartineherve.fr/>