

The Way I Am (fr)

拍数: 112 墙数: 4 级数: Intermédiaire
编舞者: Arnaud Marraffa (FR) & Chrystel Arréou (FR) - Juillet 2022
音乐: The Way I Am - The Tumbling Paddies



Démarrer la danse après 64 comptes

[1-8] STEP, SCUFF, STEP, SCUFF, ROCKING CHAIR

1-2 Marcher PD, Scuff PG
3-4 Marcher PG, Scuff PD
5-6 PD devant, Retour sur PG
7-8 PD derrière, Retour sur PG

[9-16] VINE TO R, TOUCH, VINE TO L WITH ¼ TURN L, SCUFF

1-2 PD à D, Croiser PG derrière PD
3-4 PD à D, Toucher PG à côté du PD
5-6 PG à G, Croiser PD derrière PG
7-8 ¼ tour à G et PG devant, Scuff PD 9h

[17-24] STEP FWD DIAGONALLY R, TOUCH, BACK DIAGONALLY L, TOUCH, BACK LOCK STEP, TOUCH

1-2 Poser PD en diagonale avant D, Toucher PG à côté du PD
3-4 Reculer PG en diagonale arrière G, Toucher PD à côté du PG
5-6 Reculer PD, Lock PG devant PD
7-8 Reculer PD, Toucher PG à côté du PD

[25-32] BACK DIAGONALLY L, TOUCH, STEP FWD DIAGONALLY R, TOUCH, STEP LOCK STEP, SCUFF

1-2 Reculer PG en diagonale arrière G, Touche PD à côté du PG
3-4 Poser PD en diagonale avant D, Toucher PG à côté du PD
5-6 Marcher PG devant, Lock PD derrière PG
7-8 Marcher PG devant, Scuff PD

Restart au 2ème mur (face 3h)

[33-40] VINE TO R WITH ¼ TURN R, ¼ TURN R WITH HITCH, VINE TO L WITH ¼ TURN L, SCUFF

1-2 PD à D, Croiser PG derrière PD
3-4 ¼ tour à D et PD devant, ¼ tour à D et Hitch PG 3h
5-6 PG à G, Croiser PD derrière PG
7-8 ¼ tour à G et PG devant, Scuff PD 12h

[41-48] STEP, TOUCH, BACK, KICK, COASTER STEP, HOLD

1-2 Poser PD devant, Toucher PG à côté du PD
3-4 Reculer PG, Kick PD devant
5-6 PD derrière, Assembler PG à côté du PD
7-8 PD devant, Pause

[49-56] BACK RUMBA BOX

1-2 PG à G, Assemble PD à côté du PG
3-4 PG derrière, Pause
5-6 PD à D, Assemble PG à côté du PD
7-8 PD devant, Pause

[57-64] ¼ TURN R, RUMBA BOX WITH BACK ROCK

1-2 ¼ tour à D et PG à G, Assemble PD à côté du PG 9h
3-4 PG devant, Pause

5-6 PD à D, Assemble PG à côté du PD

7-8 PD derrière, Retour sur PG

Restart au 4 ème mur (face 12h)

[65-72] POINT, TOUCH, HEEL, HOOK, COASTER STEP FWD, HOLD

1-2 Pointer PD à D, Toucher PD à côté du PG

3-4 Talon D devant, Hook PD

5-6 Poser PD devant, Assembler PG à côté du PD

7-8 PD derrière, Pause

[73-80] POINT, TOUCH, HEEL, HOOK, COASTER STEP FWD, HOLD

1-2 Pointer PG à G, Toucher PG à côté du PD

3-4 Talon G devant, Hook PG

5-6 Poser PG devant, Assembler PD à côté du PG

7-8 PG derrière, Pause

[81-88] BACK, SWEEP, BACK, SWEEP, BACK ROCK, TOUCH, HOLD

1-2 Reculer PD, Sweep PG d'avant en arrière

3-4 Poser PG derrière, Sweep PD d'avant en arrière

5-6 Poser PD derrière, Retour sur PG

7-8 Touche PD à côté du PG, Pause

[89-96] [STEP ¼ TURN L,SCUFF] x 3, STEP, SCUFF

1-2 Pivoter ¼ tour à G et Marcher PD, Scuff PG 12h

3-4 Pivoter ¼ tour à G et Poser PG, Scuff PD 3h

5-6 Pivoter ¼ tour à G et Poser PD, Scuff PG 6h

7-8 Poser PG devant, Scuff PD

[97-104] JAZZ BOX WITH HOLD

1-2 Croiser PD devant PG, Pause

3-4 Reculer PG, Pause

5-6 Poser PD à D, Pause

7-8 Avancer PG, Pause

[104-112] STEP, ½ TURN L, STEP, HOLD, STEP, ½ TURN R, STEP, HOLD

1-2 Marcher PD, ½ tour à G 12h

3-4 Marcher PD, Pause

5-6 Marcher PG, ½ tour à D 6h

7-8 Marcher PG, Pause

RESTARTS :

Au 2ème mur, après 32 comptes (Départ 6h / Restart 3h)

Au 4ème mur, après 64 comptes (Départ 9h / Restart 12h)

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

Chorégraphie originale qui seule fait foi.

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