

# Heart Shaped Bruise (fr)

COPPER KNOB  
BY STEPHENETS

拍数: 48      墙数: 1      级数: Avancé phrasée NC  
编舞者: Guillaume Richard (FR) & Mike Liadouze (FR) - Mai 2023  
音乐: Thinking of You - Elias



Introduction : Après 1s (Sur la parole « days »)

Phrasée : A A B (28 temps) A A A B A B A

La danse démarre face au mur de 6h

**PARTIE A (16 temps) :**

**[1-8] STEP & SWEEP BACK  $\frac{5}{8}$  TURN, RUN BACK x2, ROCK BACK, FULL TURN TO LUNGE FWD, RUN BACK x2, LUNGE SIDE, ROLLING VINE**

- 1                     $\frac{1}{8}$  à D... Pas PD avant (7:30)
- 2&3                 $\frac{1}{2}$  à D en laissant trainer PG arrière (Sweep)... Pas PG arrière, Pas PD arrière, Rock PG arrière (1:30)
- 4&5                Revenir appui PD avant,  $\frac{1}{2}$  à D... Pas PG arrière,  $\frac{1}{2}$  à D... Lunge PD avant en étirant bras G devant (1:30)
- 6&7                Pas PG arrière, Pas PD arrière,  $\frac{1}{8}$  à G... Lunge PG côté en fléchissant genou G (12:00)
- 8&                    $\frac{1}{4}$  à D... Pas PD avant,  $\frac{1}{2}$  à D... Pas PG arrière (9:00)

**[9-16] OUT, OUT, BALL STEP  $\frac{1}{2}$  TURN, OUT, OUT,  $\frac{1}{4}$  STEP FWD, STEP  $\frac{1}{2}$  TURN STEP,  $\frac{1}{2}$  STEP BACK**

- 1-2                 $\frac{1}{4}$  à D... Pas PD côté (Out), Pas PG côté (Out) (12:00)
- &3                   Pas PD ensemble, Pas PG avant
- 4&5                 $\frac{1}{2}$  à D... Pas PD avant, Pas PG diagonale avant G (Out), Pas PD diagonale avant D en fléchissant genou D (Out) (6:00)
- 6                     $\frac{1}{4}$  à G... Pas PG avant (3:00)
- 7&8&               Pas PD avant,  $\frac{1}{2}$  à G... Pas PG avant, Pas PD avant,  $\frac{1}{2}$  à D... Pas PG arrière (3:00)

**A la fin de la partie A : ajoute  $\frac{3}{8}$  à D... pour recommencer la danse en avançant PD (7:30)**

**Sur les 2 premiers A : monter main D au-dessus de la tête (1), puis main G croiser au niveau des poignets (2), baisser le bras sur les côté (&3-4), monter main D à D au niveau des tempes (&), monter main G à G au niveau des tempes (5), fermer le main en roulant les doigts pour interpréter la parole « My Mind » et descendre les mains (6)**

**PART B (32 temps) :**

**[1-8] STEP & SWEEP FWD  $\frac{1}{2}$  TURN, MAMBO  $\frac{1}{4}$  TURN, MAMBO FWD, BEHIND  $\frac{1}{4}$  STEP, FULL TURN**

- 1                    Pas PD avant D (7:30)
- 2&3                 $\frac{1}{2}$  à D avec sweep PD d'arrière en avant... Rock PG avant, Revenir appui PD arrière,  $\frac{1}{4}$  à G... Pas PG avant (10:30)
- 4&5                Rock PD avant, Revenir appui PG arrière, Pas PD arrière avec kick PG avant
- 6&7                Croisé PG derrière PD,  $\frac{1}{8}$  à D... Pas PD côté,  $\frac{1}{8}$  à D... Pas PG avant en préparant corps à D (1:30)
- 8&                    $\frac{1}{2}$  à G... Pas PD arrière,  $\frac{1}{2}$  à G... Pas PG avant (1:30)

**[9-16]  $\frac{1}{4}$  SIDE ROCK REACHING OUT, STEP LOCK BACK, FULL TURN SWEEP BACK, BOW DOWN, OUT OUT IN, MAMBO**

- 1                     $\frac{1}{4}$  à G... Rock PD côté et kick PG côté en étirant bras D sur le côté vers le haut/ regard à D sur parole « You » (10:30)
- 2&3                Pas PG côté, Lock PD devant PG,  $\frac{1}{8}$  à D... Pas PG diagonal arrière G (12:00)
- 4-5                 $\frac{1}{2}$  à D... Pas PD avant,  $\frac{1}{2}$  à D... Pas PG arrière avec sweep PD d'avant en arrière (12:00)
- 6                    Finir sweep pointé PD derrière PG et s'incliner vers l'avant pour interpréter la parole « Down »
- 7&a                Se redresser et Pas PD côté sur plante (Out), Pas PG côté sur plante (Out), Pas PD ensemble (In)
- 8&                   Rock PG avant, Revenir appui PD arrière

**[17-24] FULL TURN BACK, STEP BACK, COASTER MAMBO ¼ LUNGE SIDE, ¼ STEP FWD, CHASE ½ TURN MAMBO**

- 1-2 ½ à G... Pas PG avant, ½ à G en laissant trainer PD arrière (Sweep)... Pas PD arrière (12:00)
- 3&4& Pas PG arrière, Pas PD ensemble, Rock PG avant, Revenir appui PD arrière
- 5-6 ¼ à G... Lunge PG côté genou G fléchis en poussant main D devant le buste, ¼ à D... revenir appui PD avant (12:00)
- 7&8& Pas PG avant, ½ à D... Pas PD ensemble, Rock PG avant, Revenir appui PD arrière (6:00)

**[25-32] ¼ LUNGE SIDE, ¼ STEP FWD, FULL TURN SPIRAL, STEP LOCK, SERPIENTE**

- 1-2 ¼ à G... Lunge PG côté genou G fléchis en poussant main D devant le buste, ¼ à D... revenir appui PD avant (6:00)
- 3 Pas PG avant spiral tour complet à D en enroulant PD autour de jambe G... (6:00)
- 4& Pas PD avant, Lock PG derrière PD

**Restart ici sur la première partie B**

- 5 Pas PD avant avec sweep PG d'arrière en avant
- 6&7 Croisé PG devant PD, Pas PD côté, Croisé PG derrière PD avec sweep PD d'avant en arrière
- 8& Croisé PD derrière PG, Pas PG côté
-