

Let Yourself Go (fr)

拍数: 64 墙数: 2 级数: Novice
编舞者: Sandra Moschel (FR) - 13 Juillet 2023
音乐: Let Yourself Go - Elvis Presley



[1-8] Grind – Rock back - (x2)

1-2 Prendre appui sur le talon PD (pointe vers la gauche) – Pivoter pointe PD à droite
3-4 PD arrière avec appui – Retour appui PG
5-6 Prendre appui sur le talon PD (pointe vers la gauche) – Pivoter pointe PD à droite
7-8 PD arrière avec appui – Retour appui PG

[9-16] Side step with shimmy (R) – Together – Hold - (2X)

1-2 PD à droite avec shimmy
3-4 PG à côté du PD – Pause
5-6 PD à droite avec shimmy
7-8 PG à côté du PD – Pause

[17-24] Rocking chair x2

1-2 PG avant avec appui – Retour appui PD
3-4 PG arrière avec appui – Retour appui PD
5-6 PG avant avec appui – Retour appui PD
7-8 PG arrière avec appui – Retour appui PD

[25-32] Side step with shimmy (L) – Together – Hold – (x2)

1-2 PG à gauche avec shimmy
3-4 PD à côté du PG – Pause
5-6 PG à gauche avec shimmy
7-8 PD à côté du PG – Pause

[33-40] Jazzbox ¼ turn right – (2x)

1-2 Croiser PD devant PG – PG arrière
3-4 ¼ de tour à droite PD à droite – PG avant (3H00)
5-6 Croiser PD devant PG – PG arrière
7-8 ¼ de tour à droite PD à droite – PG avant (6H00)

[41-48] Monterey turn ¼ turn right – (x2)

1-2 Pointer PD à droite – ¼ de tour à droite – PD à côté du PG (9H00)
3-4 Pointer PG à gauche – PG à côté du PD
5-6 Pointer PD à droite – ¼ de tour à droite – PD à côté du PG (12H00)
7-8 Pointer PG à gauche – PG à côté du PD

[49- 56] Toe strut (R and L) – Switches point – Hold

1-2 Plante du PD avant – Poser Talon PD
3-4 Plante du PG avant – Poser Talon PG
5&6& Pointer PD à droite – Rassembler – Pointer PG à gauche – Rassembler
7-8 Pointer PD à droite - Pause

[57-64] Paddle turn 1/8 (x4) (L)

1-2 Plante du PD avant – 1/8 de tour à gauche
3-4 Plante du PD avant – 1/8 de tour à gauche (9H00)
5-6 Plante du PD avant – 1/8 de tour à gauche
7-8 Plante du PD avant – 1/8 de tour à gauche (6H00)

Restart : au 4ème mur après la 2ème section

Final : à la fin du 6ème mur ajouter un Paddle ½ tour à gauche pour finir à 12H00
