

Keep It Safe (fr)

拍数: 48 墙数: 4 级数: Intermédiaire
编舞者: Bernadette Vrillaud (FR) - Février 2024
音乐: Keep It Safe (feat. Alyssa Bonagura) - Caroline Jones : (amazon)



Intro: 2 x 8

[1 -8] R 1/4 R HEEL GRIND, TRIPLE STEP R FWD, L 1/4 L HEEL GRIND, TRIPLE STEP L FWD

- 1-2 Prendre appui sur le talon D et pivoter le pied en 1/4 de tour à droite, revenir en appui sur pied gauche 3h
- 3&4 Poser PD devant, poser PG à côté du PD, poser PD devant
- 5 - 6 Prendre appui sur le talon G et pivoter le pied en 1/4 de tour à gauche, revenir en appui sur le pied droit 12 h
- 7&8 Poser PG devant, poser PD à côté du DG, poser PG devant

[9-16] ROCK STEP FWD R, STEP 1/4 R, TOGETHER, STEP 1/4 R , STEP L FWD 1/4 R , CROSS SHUFFLE

- 1 - 2 Poser PD devant, revenir en appui sur PG
- 3&4 Poser PD en 1/4 de tour à droite 3h (&)poser PG à côté du PD en prenant appui sur PG , poser PD à droite en 1/4 de tour 6h
- 5 -6 Poser PG devant, faire 1/4 de tour à droite 9h
- 7 -8 Croiser PG devant PD, poser PD à droite, croiser PG devant PD (appui PG)

[17- 24] POINT R, HOLD, TOGETHER, POINT L HOLD, WEAVE R, POINT R BACK DIAGONAL

- 1- 2 & Pointer PD à droite, pause, (&)ramener PD à côté du PG
- 3 -4 Pointer PG à gauche, pause
- 5-6-7 Croiser PG devant PD, poser PD à droite, croiser PG derrière D
- 8 Pointer PD en diagonal arrière droit

[25-32] CROSS, SIDE, COASTER STEP 1/4 R, FULL TURN, TRIPLE FWD L

- 1- 2 Croiser PD devant PG, poser PG à gauche
- 3&4 Poser plante PD en arrière en 1/4 de tour à droite (&) amener plante PG à côté du PD, poser PD en avant à plat 12h
- 5- 6 En 1/2 tour à droite, poser PG derrière, 6 h (appui PG) en 1/2 tour à droite poser PD devant 12 h (Appui PD)
- 7&8 Poser PG devant, poser PD à côté du PG , poser PG devant

[33-40] DOROTHY STEP R&L, CHASSE 1/4TURN R, CHASSE 1/2TURN L

- 1-2& Poser PD en diagonal D, croiser PG derrière le PD, (&) poser PD devant en diagonal D (Appui PD)
- 3-4& Poser PG en diagonal G, croiser PD derrière le PG, (&) poser PG en diagonal G(appui PG)
- 5&6 Poser PD en 1/4 tour à droite, poser PG à côté PD, poser PD devant 3 h
- 7&8 Poser PG en 1/2 tour à gauche, poser PD à côté du PG, Poser PG devant 9 h

[41-48] R STEP BACK, KICK FWD L, L STEP BACK, KICK FWD R, SAILOR STEP R, SAILOR STEP L

- 1-2 Poser PD derrière, lancer PG devant
- 3-4 Poser PG derrière, Lancer PD devant
- 5&6 Poser la plante du PD croisée derrière le PG,(&) poser plante du PG à gauche, poser PD à plat à droite
- 7&8 Poser la plante du PG croisée derrière le PD,(&) poser plante du PD à droite , poser PG à plat à gauche

RESTARTS:-

Mur 2- faire les comptes de 1 à 40 et recommencer au début à 6 h

Mur 4- faire les comptes de 1 à 48 puis répéter les comptes 41 à 48 de la chorégraphie et recommencer au début à 12 h

Mur 5- faire les comptes de 1 à 32, puis le tag(4 comptes) et recommencer au début à 12 h

Mur 6 -faire les comptes de 1 à 32 et recommencer au début 12 h

Final : Sur le dernier mur faire le dernier Sailor Step à la fin en 1/4 tour à droite

TAG:R SIDE,TOUCH,L SIDE,TOUCH

1-2 Poser PD à droite, touche pointe PG à côté PD

3-4 Poser PG à gauche, touche pointe PD à côté PG

CHORÉGRAPHIE OFFICIEL – AU PLAISIR DE VOUS FAIRE DANSER

vriber@live.r

Last Update: 2 Mar 2024
