

Face Myself (fr)

拍数: 80 墙数: 1 级数: Avancée phrasée
编舞者: Mike Liadouze (FR) - Juin 2024
音乐: FACE MYSELF - Elley Duhé & Teddy Swims



Introduction : 16 comptes

Phrasée : T1 ABC T2 ABCC T3 BCCb

TAG 1 (2x16 comptes) :

[1-8] SLOW STEP TURN ½ L w/ SWEEP, SYNCOPATED JAZZ BOX, HOLD

1-2 Pas PD avant, HOLD
3-4 ½ à G... Pas PG avant en commençant SWEEP PD avant, HOLD en finissant SWEEP (6:00)
5-6&7 CROSS PD devant PG, Pas PG arrière, Pas PD côté, CROSS PG devant PD
8 HOLD

[9-16] TOUCH MAMBO SIDE x2, OUT OUT IN STEP, HOLD, HOLD

&1&2 TOUCH PD ensemble, ROCK STEP PD côté, Revenir appui PG côté, Pas PD ensemble
&3&4 TOUCH PG ensemble, ROCK STEP PG côté, Revenir appui PD côté, Pas PG ensemble
&5&6 Pas PD côté (OUT), Pas PG côté (OUT) Pas PD ensemble (IN), Pas PG avant
7-8 HOLD, HOLD

[17-32] REPEAT COUNTS 1-16 FACING 6:00

Répéter les 16 premiers comptes face à 6h

PARTIE A (2x16 comptes) :

[1-8] RUN RUN RUN, MAMBO ½ L, RUN RUN RUN, MAMBO ¼ L

1&2 Pas PD avant, Pas PG avant, Pas PD avant
3&4 ROCK STEP PG avant, Revenir appui PD arrière, ½ à G... Pas PG avant (6:00)
5&6 Pas PD avant, Pas PG avant, Pas PD avant
7&8 ROCK STEP PG avant, Revenir appui PD arrière, ¼ à G... Pas PG côté (3:00)

[1-8] CROSS ROCK, BIG STEP SIDE, HOLD, BALL CROSS, ¼ L STEP FORWARD, ½ L STEP BACK, TOGETHER, TOUCH

1&2 CROSS ROCK PD devant PG, Revenir appui PG derrière PD, Grand pas PD côté
3-4& HOLD en glissant PG ensemble, Pas PG ensemble, CROSS PD devant PG
(5)& HOLD, ¼ à G... Pas PG avant (12:00)
(6)& HOLD, ½ à G... Pas PD arrière (6:00)
(7)&8 HOLD, Pas PG ensemble, TOUCH PD ensemble

[17-32] REPEAT COUNTS 1-16 FACING 6:00

Répéter les 16 premiers comptes face à 6h

PARTIE B (32 comptes) :

[1-8] STOMP, SAILOR STEP, BEHIND, LUNGE, TRIPLE 1 ¼ R, STEP FWD

1-2&3 STOMP PD diagonal avant D, CROSS PG derrière PD, Pas PD côté, Pas PG côté
4-5 CROSS PD derrière PG, LUNGE PG côté (genou G fléchis)
6&7 ¼ à D... Pas PD avant, ½ à D... Pas PG arrière, ½ à D... Pas PD avant (3:00)

Easy option (6&7) : SHUFFLE ¼ à D...

8 Pas PG avant

[9-16] ARABESQUE ½ L, CROSS SAMBA, CROSS, SIDE DIP ¼ R, MAMBO FORWARD, POINTE BACK LOOKING DOWN

1-2&3 ½ à G... Poids du corps PG arabesque jambe D, CROSS PD devant PG, ROCK STEP PG côté, Revenir appui PD côté (9:00)

- 4-5 CROSS PG devant PD, Pas PD côté en fléchissant les jambes faire U avec bassin et lancer bras D côté du bas vers le haut
- 6&7 ¼ à D en glissant pointe G ensemble... ROCK STEP PG avant, Revenir appui PD arrière, Pas PG arrière
- 8 Pointe PD arrière en regardant vers le bas votre paume de main D tourner vers le haut

[17-24] LOOK PALM, BODY ROLL BACK, TOE STRUT, TOGETHER, LOOK UP, ORIENTED SHUFFLE FWD, STEP FWD

- 1 Redresser tête en regardant toujours paume (comme un miroir) et commencer BODY ROLL du torse vers le bas
- 2&3 Poser talon D en continuant BODY ROLL, Pas PG ensemble, Pointe PD arrière
- 4-5 Poser talon D, Pas PG ensemble en regardant vers le ciel (« Clouds »)
- 6&7-8 Pas PD avant, Pas PG ensemble, Pas PD avant (orienter le buste à D pour le SHUFFLE), Pas PG avant

[25-32] ½ L STEP BACK, COASTER STEP, ROCK STEP HITCH, COASTER STEP, ½ L STEP FWD

- 1-2&3 ½ à G... Pas PD arrière, Pas PG arrière, Pas PD ensemble, Pas PG avant (6:00)
- 4-5 STOMP ROCK PD avant, Revenir appui PG arrière avec HITCH genou D

Option remplacer (4-5) : Poser genou D au sol, Poser main D au sol (remonter sur le COASTER STEP suivant)

- 6&7-8 Pas PD arrière, Pas PG ensemble, Pas PD avant, ½ à G... Pas PG avant (12:00)

PARTIE C (16 comptes) :

[1-8] VOLTA 1 TURN R, VOLTA 1 & ½ TURN L

- 1&2& ¼ à D... Pas PD avant, Pas PG ensemble, ¼ à D... Pas PD avant, Pas PG ensemble (6:00)
- 3&4 ¼ à D... Pas PD avant, Pas PG ensemble, ¼ à D... Pas PD avant (12:00)
- 5&6& ⅜ à G... Pas PG avant, Pas PD ensemble, ⅜ à G... Pas PG avant, Pas PD ensemble (3:00)
- 7&8& ⅜ à G... Pas PG avant, Pas PD ensemble, ⅜ à G... Pas PG avant, Pas PD ensemble (6:00)

Option : VOLTA 2 tour à D, VOLTA 2 tour et demi à G

[9-16] ½ L STEP FWD w/ SWEEP, CROSS, MAMBO CROSS x2, COASTER STEP

- 1-2 ½ à G... Pas PG avant avec SWEEP PD avant, CROSS PD devant PG (12:00)
- 3&4 ROCK STEP PG côté, Revenir appui PD côté, CROSS PG devant PD
- 5&6 ROCK STEP PD côté, Revenir appui PG côté, CROSS PD devant PG
- 7&8 Pas PG arrière, Pas PD ensemble, Pas PG avant

TAG 2 (2x16 comptes) :

[1-8] WIZARD STEP, STEP LOCK STEP LOCK STEP w/ SWEEP, SYNCOPATED JAZZ BOX

- 1-2& STOMP PD diagonal avant D, LOCK PG derrière PD, Pas PD diagonal avant D
- 3&4 Pas PG diagonal avant G, LOCK PD derrière PG, Pas PG diagonal avant G
- &5 LOCK PD derrière PG, Pas PG diagonal avant G avec SWEEP PD avant
- 6-7&8 CROSS PD devant PG, Pas PG arrière, Pas PD côté, CROSS PG devant PD

[9-16] WHISK, SYCHOPATED WEAVE, ¼ L STEP FWD, HOLD, STEP TURN ¼ L

- 1-2& Pas PD côté, ROCK STEP PG derrière PD, Revenir appui PD devant PG
- 3&4& Pas PG côté, CROSS PD derrière PG, Pas PG côté, CROSS PD devant PG
- 5-6 ¼ à G... Pas PG avant, HOLD (9:00)
- 7-8 Pas PD avant, ¼ à G... Pas PG côté (6:00)

[17-32] REPEAT COUNTS 1-16 FACING 6:00

Répéter les 16 premiers comptes face à 6h

TAG 3 (2x16 comptes) : Mains derrière le dos

[1-8] WALK x4, STEP TURN x2

- 1-2 ⅛ à D... Pas PD avant, Pas PG avant (1:30)
- 3-4 Pas PD avant, Pas PG avant

5-6 Pas PD avant, ½ à G... Pas PG avant (7:30)
7-8 Pas PD avant, ½ à G... Pas PG avant (1:30)

[9-16] ½ L TOUCH, HOLD, OUT OUT IN CROSS, HOLD, HOLD, OUT OUT IN CROSS

1-2 ½ à G... TOUCH PD ensemble et main D sur le cœur, HOLD (7:30)
3& Pas PD côté et main D en bas à D, Pas PG côté et main G en bas à G
4& Pas PD ensemble et main D dans le dos, CROSS PG devant PD en regardant paume de la main G hauteur de visage
5-6 HOLD, HOLD
7& Pas PD côté et main D en bas à D, Pas PG côté et main G en bas à G
8& Pas PD ensemble et main G dans le dos, CROSS PG devant PD en regardant paume de la main D hauteur de visage

[17-32] REPEAT COUNTS 1-16 FACING 7:30

Répéter les 16 premiers comptes face à 7h30

Final : Finir la danse avec les 17 premiers comptes de la partie B en regardant paume de main D tel un miroir
« Face Myself »

Last Update: 16 Jun 2024
