

To Bed Sober (es)

拍数: 64 墙数: 2 级数: Iniciat / Novice
编舞者: Joaquim AYMERICH (FR) - Julio 2024
音乐: Go To Bed Sober - Ryan Hurd & Sasha Alex Sloan



Intro : 8 temps

[1-8] : ¼ TURN (R) STEP (R) SIDE – TOGETHER (L) – STEP (R) SIDE – STOMP UP (L) - ¼ TURN (L) STEP (L) SIDE - TOGETHER (R) - STEP (L) SIDE - HOLD

1-2 Girem ¼ de volta a la dreta pas peu dret a la dreta, Pas peu esquerre al costat del dret,
3-4 Pas peu dret a la dreta, Stomp Up peu esquerre

Final Paret 7

5-6 Girem ¼ de volta a l'esquerra pas peu esquerre a l'esquerra, Pas peu dret al costat del esquerre,
7-8 Pas peu esquerre a l'esquerra, Pausa

[9-16] : ROCK STEP BACK (R) x 2 - ROCKING CHAIR (R)

1-2 (Desplaçant cap a la dreta), Rock step peu dret enrere,
3-4 (Desplaçant cap a la dreta), Rock step peu dret enrere
5-6 Rock step peu dret endavant
7-8 Rock step peu dret enrere

[17-24] : POINT (R) - STEP FWD (R) - POINT (L) - STEP FWD (L) - STEP FWD (R) - TOUCH (L) - BACK (L) - FLICK (R)

1-2 Marquem punta peu dret a la dreta, Pas peu dret davant
3-4 Marquem punta peu esquerre a l'esquerra, Pas peu esquerre davant
5-6 Pas peu dret davant, Marquem punta peu esquerre darrera del peu dret
7-8 Pas peu esquerre enrere, Puntada peu dret cap enrere

[25-32] : STEP FWD (R-L-R) - HOLD - ¼ (L) SKATE (L-R) - SCUFF(L) - STOMP (L)

1-2 Pas peu dret davant, Pas peu esquerre davant
3-4 Pas peu dret davant, Pausa
5-6 Girem 1/4 de volta a l'esquerra Skate amb el peu esquerre, Skate amb el peu dret
7-8 Scuff peu esquerre, Stomp peu esquerre

[33-40] : ROCK FWD (R) - ROCK BACK FUNKY (R) - ROCK FWD (R) - ROCK BACK FUNKY (R) WITH STOMP (L)

1-2 Rock step peu dret endavant,
3-4 Rock step peu dret enrere girant el cos i el peu esquerre ¼ a la dreta
5-6 Rock step peu dret endavant,
7-8 Rock step peu dret enrere girant el cos i el peu esquerre ¼ a la dreta (tornem el pes amb un stomp peu esquerre)

[41-48] : STEP FWD (R) - ½ TURN L - STEP FWD (R) ¼ TURN L - STOMP (L) - STEP FWD DIAGONAL (R) - TOUCH (L) - STEP BACK DIAGONAL (L) - TOUCH (R)

1-2 Pas peu dret davant, Girem ½ volta a l'esquerra
3-4 Pas peu dret davant, Girem ¼ de volta a l'esquerra i stomp peu esquerre
5-6 Pas peu dret en diagonal a la dreta, Marquem punta peu esquerre al costat del peu dret
7-8 Pas peu esquerre enrere en diagonal a l'esquerra, Marquem punta peu dret al costat del peu esquerre

Restart 5a paret (12:00)

[49-56] : WEAVE TO RIGHT - VINE TO RIGHT ENDING STEP FWD (L)

- 1-2 Pas peu dret a la dreta, Creuem peu esquerre per darrere del peu dret
- 3-4 Pas peu dret a la dreta, Creuem peu esquerre per davant del peu dret
- 5-6 Pas peu dret a la dreta, Creuem peu esquerre per darrere del peu dret
- 7-8 Pas peu dret a la dreta, Pas peu esquerre davant

[57-64] : STEP FWD (R) - 1/2 TURN L - STEP FWD (R) - HOLD - STEP FWD (L-R-L) STOMP UP (R)

- 1-2 Pas peu dret davant, Girem ½ volta a l'esquerra
- 3-4 Pas peu dret davant, Pausa
- 5-6 Pas peu esquerre davant, Pas peu dret davant
- 7-8 Pas peu esquerre davant, Stomp up peu dret

FINAL : Paret 7 miran a las 6:00

Ballem fins el temps 4 de la primera secció i afegim

½ TURN (L) STEP FWD (L) - ¼ TURN (L) STEP FWD (R) - TOGETHER (L) - LONG STEP BACK (R) – SLIDE (L)

- 1-2-3 Girem ½ volta a l'esquerra pas peu esquerre davant, Girem ¼ de volta a l'esquerra pas peu dret endavant, Ajuntem peu esquerre al costat del peu dret
- 4-5 Pas llarc enrere peu dret, arroseguem el peu esquerre i ajuntem peu esquerre al costat del peu dret

TORNEM A COMENÇAR

Last Update: 24 Jul 2024
