

Compass or Map (fr)

拍数: 32 墙数: 4 级数: Novice
编舞者: Isabelle Carpentier (FR) - Février 2024
音乐: Compass or Map - Robin Thicke



Séquences : 32 – 32 – 8 – 32 – 32 – 32 – 16 – 32 – Tag 12 comptes – 32 – 24 – 32

Section 1 WALK R , WALK L , POINT R WITH HIP BUMP , SAILOR STEP 1/4 T R , SAILOR STEP 1/2 T L

- 1 - 2 Marcher PD, marcher PG
- 3 & 4 Pointer PD à D en poussant la hanche sur le coté, baisser la hanche, pousser la hanche
- 5 & 6 Croiser PD derrière PG en faisant 1 /4 de T à D, poser ball PG à G , revenir PDC sur PD (3h)
- 7 & 8 Croiser PG derrière PD en faisant 1/2 T à G, poser ball PD à D, revenir PDC sur PG (9h)

Restart ici après les 8 premiers comptes du 3ème mur

Section 2 WALK R,WALK L , CROSS 1/2 TURN L , SWEEP 1/4 T L , POINT R , TOUCH R , BALL R , CROSS L

- 1 – 2 Marcher PD, marcher PG
- 3 & 4 Faire 1 /4 de T à G en posant PD à D, 1/4 de T à G en croisant PG devant PD, reculer PD (3h)
- 5 – 6 Faire 1/4 de T à G avec un mouvement circulaire de l'avant vers l'arrière, pointer PD à D (12h)
- 7 & 8 Toucher PD près du PG, ball PD près du PG, croiser PG devant PD

Restart ici après les 16 premiers comptes du 7ème mur

Section 3 POINT R , HIP BUMP R , WEIGHT TRANSFER LF , TOGETHER , SIDE HIP BUMP , HEEL INSIDE , HEEL OUSIDE , HITCH R WITH TAP R KNEE , SLAP HANDS , TAP R LEG

- 1 - 2 Pointer PD à D, transférer pdc sur PD en poussant la hanche sur le coté
- 3 & 4 Transférer pdc sur PG, rassembler PD près du PG, PG à G en poussant la hanche sur le coté
- 5 – 6 Pivoter le talon D vers l'intérieur, pivoter le talon D vers l'extérieur
- 7 & 8 Lever le genou D en tapant l'intérieur du genou avec main G, slap des mains, transférer pdc sur PD en tapant sur le coté de la jambe D avec main D

Restart ici après les 24 premiers comptes du 10ème mur (rassembler PG près du PD avant de reprendre la danse au début)

Section 4 ROLL SHOULDER TWICE , BEHIND , STEP 1/4 TURN R , TOGETHER , HIP GRIND , COASTER STEP L

- 1 – 2 Rouler 2 fois l'épaule D d'avant en arrière en penchant légèrement le corps en arrière
- 3 & 4 Croiser PG derrière PD, 1/4 de Tour à D avec PD, rassembler PG près du PD (3h)
- 5 – 6 Descendre les hanches vers le sol et remonter
- 7 & 8 Reculer PG, rassembler PD près du PG, avancer PG

Tag ici à la fin du 8ème mur

Restart après les 8 premiers comptes du 3ème mur face à 3h

Restart après les 16 premiers comptes du 7ème mur face à 12h

Restart après les 24 premiers comptes du 10ème mur face à 6h

Tag de 12 comptes à la fin du 8ème mur à 3h

WALK R , WALK L , SIDE R , CROSS L , POINT R , TWICE

- 1 - 2 Marcher PD, marcher PG,
- 3 & 4 Poser PD à D, croiser PG devant PD, pointer PD à D
- 5 – 6 - 7 & 8 Répéter les 4 premiers comptes

STEP R , POINT L , STEP L , POINT R

- 1 - 2 Avancer PD, pointer PG à G

3 - 4 Avancer PG, pointer PD à D
Bonne danse
