

I'm Going Down (fr)

拍数: 32 墙数: 4 级数: Novice
编舞者: Nathalie Toupin (CAN) & Ashley Pelletier (CAN) - Août 2024
音乐: Mayday - Casey Barnes



INTRO: 16 comptes

Restarts: 2

*1er restart au mur 2 face à 3h après 16 comptes

*2eme restart au mur 4 face à 6h après 16 comptes

[1-8] CROSS, STEP, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK, CROSS, UNWIND ½ TURN

1-2 Croiser PD en avant du gauche, PG a gauche
3&4 Croiser PD en avant du gauche, PG a gauche, croiser PD en avant du gauche
5-6 Rock PG à gauche, revenir sur le droit
7-8 Croiser PG devant la droite, dérouler ½ tour vers la droite et mettre le poids à gauche

[9-16] STEP, KICK, STEP, HOOK, OUT, OUT, HOLD, HEEL BOUNCE (OR SWAY)

1-2 PD devant, Kick PG avant
3-4 PG arrière, Crochet du PD devant le gauche
&5-6 PD à droite (out), PG à gauche (out), pause
&7&8 Lever les talons, Descendre les talons, Lever les talons, Descendre les talons

(Optionnel) Balancer les hanche de droite à gauche, garder le poids à gauche

RESTART ICI au mur 2 face à 3h

RESTART ICI au mur 4 face à 6h

[17-24] SIDE, BEHIND, SIDE, HEEL, BALL, CROSS, HINGE ½ TURN, STOMP, KICK ¼ TURN

1-2 PD à droite, croiser PG derrière la droite
&3&4 PD à droite, talon G en avant diagonale, revenir sur la plante du PG, croiser PD devant la gauche
5-6 PG à gauche, ½ hinge tour à droite en déposant le PD à droite
7-8 Stomp PG à côté de la droite en mouvement par en bas, kick ¼ tour a gauche avec le PG en remontant

[25-32] ROCK BACK X2, ½ TURN 2X

1-2 Rock PG arrière, revenir sur le droit
&3-4 Plante du PG à côté du droit, Rock PD arrière, revenir sur le gauche
5-6 PD avant, pivot ½ tour a gauche en transférant le poids sur le gauche
7-8 PD avant, pivot ½ tour a gauche en transférant le poids sur le gauche

Last Update: 12 Sep 2024