

Easy Apple Jack (fr)

COPPERKNOB
STEPSHEETS

拍数: 32 墙数: 2 级数: Intermediate quickstep
编舞者: Séverine Fillion (FR)
音乐: One Step At a Time - Buddy Jewell



HEEL BALL HEEL BALL - TOE TOUCH

- 1& Touch talon droit devant - un pas pied droit à côté du pied gauche
2& Touch talon gauche devant - un pas pied gauche à côté du pied droit
3& Touch pointe pied droit côté droit - un pas pied droit à côté du pied gauche
4& Touch pointe pied gauche côté gauche - un pas pied gauche à côté du pied droit

KICK BALL POINT LEFT - POINT RIGHT - KNEE ROLL RIGHT WITH ¼ TURN RIGHT

- 5& Kick pied droit devant - un pas pied droit à côté du pied gauche
6&7 Touch pointe pied gauche côté gauche - un pas pied gauche à côté du pied droit - touch
pointe pied droit côté droit
&8 Rentrer le genoux droit vers le center (&) - pousser le genoux droit vers l'extérieur en
effectuant un ¼ de tour vers la droite

KICK BALL STOMP - HEEL SWIVELL

- 9&10 Kick pied droit devant - ramener le pied droit à côté du pied gauche - stomp pied gauche
devant le pied droit
11&12 Swivell des talons out - in - out

KICK BALL POINT LEFT - POINT RIGHT - KNEE ROLL RIGHT WITH ¼ TURN RIGHT

- 13& Kick pied droit vers l'avant - un pas pied droit à côté du pied gauche
14&15 Touch pointe pied gauche côté gauche - un pas pied gauche à côté du pied droit - touch
pointe pied droit côté droit
&16 Rentrer le genoux droit vers le center (&) pousser le genoux droit vers l'extérieur en
effectuant un ¼ de tour vers la droite

HOOK - RIGHT SHUFFLE - RIGHT FULL TURN

- &17&18 Hook: croiser le pied droit devant le tibia gauche (&) shuffle droit vers l'avant
19-20 Step gauche arrière avec ½ tour vers la droite - step droit avant en faisant un ½ tour vers la
droit

LEFT SHUFFLE - RIGHT SCUFF/ HITCH - RIGHT STOMP - LEFT STOMP

- 21&22 Shuffle gauche vers l'avant
23&24 Scuff / hitch droit sans sauter - stomp droit - stomp gauche sur place (en sautant légèrement)

APPLE JACK (MOUVEMENT DES PIEDS SUR PLACE)

- 25 Poids sur le talon gauche et sur la pointe droit tourner pointe gauche et talon droit à gauche
(position en v)
& Ramener pointe gauche et talon droit au center
26 Poids sur le talon droit et sur la pointe gauche tourner pointe droit et talon gauche à droite
(position en v)
& Ramener les pieds ensemble au center
27&28& Recommencer les comptes 25 & 26

STEP BACK / HEEL BALL STOMP - HIP BUMP

- 29&30 Petit pas droit en arrière avec talon gauche devant - ramener pied gauche à côté du pied
droit - stomp pied droit devant
31&32 Hip bump: balancement des hanches vers l'avant, arrière, avant

REPEAT

TAG

4 temps à la fin des murs 2 - 4 et 5

1-4 Right touch with $\frac{1}{4}$ turn left x 4 (full turn)

Touch pied droit sur la droite, sans le poids du corps, en effectuant un $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche en appui sur le pied gauche. Et cela 4 fois pour faire un tour complet sur place
