

Olaf Dance (fr)

COPPERKNOB
STEPSHEETS

拍数: 80 墙数: 4 级数: Intermédiaire phrasée
编舞者: Michael Desire (FR) & Anthony Nieto (FR) - Janvier 2014
音乐: Let It Go - Demi Lovato : (Single)



PHRASE : AT AA A(4 temps) BB CC BB BB(16 temps) A(10 temps) BB BB(16 temps)

A: NIGHT CLUB (16temps)

B: EAST COAST SWING (32 temps)

C: TWO STEP (32 temps)

PARTIE A (NIGHT CLUB TWO STEP):

[1- 9] : STEP FORWARD, STEP FORWARD & SWEEP ½ TURN LEFT BEHIND, SIDE CROSS SIDE BEHIND, SIDE ROCK CROSS, PIVOT ¼, PIVOT ½, SIDE STEP

- 1 Avancer pied gauche devant
- 2&3 Poser pied droit devant, faire un sweep ½ tour à gauche avec le pied gauche, croiser gauche derrière pied droit (6h)
- 4&4&5 Poser pied droit à droite, croiser pied gauche devant pied droit, poser pied droit à droite, croiser pied gauche derrière pied droit
- 6&7 Poser pied droit à droite, poids du corps revient sur pied gauche, croiser pied droit devant pied gauche
- 8&9 Faire ¼ de tour à droite & poser pied gauche derrière, faire ½ tour à droite & poser pied droit devant, poser pied gauche à gauche (3h)

[10-16] : BASIC NIGHT CLUB, BASIC NIGHT CLUB ¼ TURN RIGHT, RUN BACK x3, COASTER STEP

- 10&11 Croiser pied droit derrière pied gauche, poids du corps revient sur pied gauche, poser pied droit à droite
- 12&13 Croiser pied gauche derrière pied droit, poids du corps revient sur pied droit, faire ¼ de tour à droite et poser pied gauche derrière (6h)
- 14&15 Reculer pied droit, pied gauche, pied droit
- 16&(1) Reculer pied gauche, poser ball pied droit à côté de pied gauche, (avancer pied droit)

TAG : WALK TWICE

- 1-2 Avancer pied gauche, avancer pied droit

PARTIE B (ECS): (1ère fois sur le mur de 6h)

[1-8]: TRIPLE STEP , POINT , UNWIND ½ TURN RIGHT, KICK BALL POINT , TRIPLE FORWARD

- 1&2 Faire un triple lateral à droite (pied droit, pied gauche, pied droit)
- 3-4 Pointer pied gauche derrière pied droit, faire un "unwind" ½ tour gauche (poids du corps revient sur pied gauche) (12h)
- 5&6 Faire un kick pied droit, poser ball pied droit à côté de pied gauche, pointer pied gauche à gauche
- 7&8 Faire un triple step avant (pied gauche, pied droit, pied gauche)

[9-16]: SIDE ROCK, SAILOR ¼ TURN, SWIVELS, SWIVELS ¼ TURN LEFT

- 9-10 Poser pied droit à droite, poids du corps revient sur pied gauche
- 11&12 Faire un sailor step ¼ de tour à droite (3h)
- 13-14 Pivoter les talons à droite, revenir au centre
- 15&16 Pivoter les talons à droite, revenir au centre, pivoter les talons à droite & faire ¼ de tour à gauche (12h)

(Au niveau de la reprise sur la partie A, il faut faire sur le compte 16 ½ tour pour repartir face à 6h)

[17-24]: COASTER STEP, TRIPLE STEP, SCUFF HITCH BACK WITH ½ TURN RIGHT, SCUFF HITCH BACK

- 17&18 Poser pied gauche derrière, poser ball pied droit à côté de pied gauche, poser pied gauche devant
- 19&20 Faire un triple step avant (pied droit, pied gauche, pied droit)
- 21&22 Faire un scuff pied gauche avec ¼ de tour à droite, faire un hitch genou gauche avec ¼ de tour à droite, poser pied gauche derrière (6h)
- 23&24 Faire un scuff pied droit, un hitch genou droit et poser pied droit derrière

[25-32]: BACK ROCK, FULL TURN, ¼ TURN RIGHT & TRIPLE STEP, SIDE ROCK

- 25-26 Poser pied gauche derrière, poids du corps revient sur pied droit
- 27-28 Faire ½ tour à droite et poser gauche derrière, faire ½ tour à droite et poser pied droit devant (6h)
- 29&30 Faire ¼ de tour à droite et faire un triple latéral à gauche (pied gauche, pied droit, pied gauche) (9h)
- 31-32 Croiser pied droit derrière pied gauche, poids du corps revient sur pied gauche

PARTIE C (TWO STEP): (1ère fois sur le mur de 12h)

[1-8]: TOE STRUT FORWARD TWICE, TOE STRUT WITH ½ TURN LEFT, TOE STRUT BACKWARD

- 1-2 Poser pointe pied droit devant, abaisser talon droit
- 3-4 Poser pointe pied gauche devant, abaisser talon gauche
- 5-6 Faire ½ tour à gauche et poser pointe pied droit, abaisser talon droit (6h)
- 7-8 Poser pointe pied gauche derrière, abaisser talon gauche

[9-16]: SLOW COASTER STEP, HOLD, SIDE ROCK CROSS, HOLD

- 9-10 Poser pied droit derrière, poser ball pied gauche à côté de pied droit
- 11-12 Poser pied droit devant, hold
- 13-14 Poser pied gauche à gauche, poids du corps revient sur pied droit
- 15-16 Croiser pied gauche devant pied droit, hold

[17-24]: MONTEREY TURN WITH HOLD, STEP LOCK STEP, HOLD

- 17-18 Pointer pied droit à droite, faire ½ tour à droite et assembler pied droit à côté de pied gauche
- 19-20 Pointer pied gauche à gauche, hold (12h)
- 21-22 Poser pied gauche devant, croiser pied droit derrière pied gauche
- 23-24 Poser pied gauche devant, hold

[25-32]: STEP PIVOT ½ TURN LEFT, STEP PIVOT ¼ TURN LEFT, STEP LOCK STEP, STOMP

- 25-26 Poser pied droit devant, faire ½ tour à gauche et poids du corps revient sur pied gauche (6h)
- 27-28 Poser pied droit devant, faire ¼ tour à gauche et poids du corps revient sur pied gauche (3h)
- 29-30 Poser pied droit devant, croiser pied droit derrière pied gauche
- 31-32 Poser pied droit devant, faire un stomp pied gauche à côté de pied droit

Contact: wildhorses_37@live.fr
