

# Bruises (fr)

拍数: 32      墙数: 4      级数: Novice + 2S  
编舞者: Myriam Ben Messaoud (FR) & Sandra SOUILLARD (FR) - Novembre 2012  
音乐: Bruises (feat. Ashley Monroe) - Train : (Album: California 37)



## Section 1 : Walk - Walk – Rock step back – Walk Walk – Coaster step

1 - 2            Marche D – marche G  
3 & 4           rock step avant D et recule le D ( rock step avant D syncopé en reculant D)  
5 - 6            Recule G- recule D  
7 & 8            Coaster step

## Section 2 : Side R– Shuffle R – Side L – Shuffle L

1 - 2            D à droite. Rassemble G à côté du D  
3 & 4            Pas chassés à droite  
5 - 6            G à G – Rassemble G à côté du D  
7 & 8            Pas chassés à gauche

## Section 3 : Rocks step R Forward - Triple Full turn – Rock step forward L– Triple Full turn

1 - 2            Rock step avant D  
3 & 4            Triple full turn ( tour complet vers la droite) ou variante : coaster step  
5 - 6            Rock step avant G  
7 & 8            Triple full turn ( tour complet vers la gauche) ou variante : coaster step

## Section 4 : Toe – Toe - Coaster step – Toe- Toe- Coaster step ¼

1 - 2            Pointe D avant – pointe D coté  
3 & 4            Coaster step  
5 - 6            Pointe G avant – Pointe G coté  
7 & 8            Coaster step ¼ tour à gauche

**RESTART : Mur 4 – Fin de la section 3 à 3h**

**Mur 7 – Fin de la section 3 à 6h**

**Mur 8 - Fin de la section 3 à 6h : la musique s'arrête. On attend et on reprend la danse du début...**

**Et recommencer du début...en gardant le "smile"!**

**Mail : [benmessaoudmyriam@gmail.com](mailto:benmessaoudmyriam@gmail.com)**

**You tube channel : Myriam BEN MESSAOUD**