

# How To Forget (fr)

拍數: 64      牆數: 2      級數: Intermédiaire facile  
編舞者: Flo Moresteps (FR) & Magali Bérenger (FR) - Novembre 2017  
音樂: How to Forget - Jason Isbell



## Intro -16 temps

**Astuce:** Pour les sections 1 à 4, on tourne toujours sur la droite sauf sur temps 5 sections 2 et 4 où l'on tourne à gauche.

### SCT 1 : Cross, Back, 1/4 Chassé forward, Step Pivot 1/2, Chassé forward

1 – 2      Croise PD devant PG, Pose PG derrière  
3 & 4      1/4 tour à droite en posant PD devant, Pose PG à côté du PD, Pose PD devant [3:00]  
5 – 6      Pose PG devant, 1/2 tour à droite [9:00]  
7 & 8      Pose PG devant, Pose PD à côté du PG, Pose PG devant

### SCT 2 : Side Chassé, 1/2 turn Side Chassé, 1/4 turn Side Chassé, 1/2 turn Side Chassé

1 & 2      Pose PD à droite, Pose PG à côté du PD, Pose PD à droite  
3 & 4      1/2 tour à droite en posant le PG à gauche, Pose PD à côté du PG, Pose PG à gauche [3:00]  
5 & 6      1/4 tour à gauche en posant le PD à droite, Pose PG à côté du PD, Pose PD à droite [12:00]  
7 & 8      1/2 tour à droite en posant le PG à gauche, Pose PD à côté du PG, Pose PG à gauche [6:00]

### SCT 3 = SCT1

(commence à 6:00, finit à 3:00) [3:00]

### SCT 4 = SCT 2

(commence à 3:00, finit à 12:00) [12:00]

### SCT 5 : Cross Rock, 1/4 Turn Side, Cross, Side, Cross Back Rock, Side

1 – 2      Rock PD croisé devant PG, Revenir sur PG  
3 – 4      1/4 tour à droite en posant PD à droite, Croise PG devant PD [3:00]  
5 – 6      Pose PD à droite, Rock PG croisé derrière PD  
7 – 8      Revenir sur PD, Pose PG à gauche

### SCT 6 : Cross Rock Back, 1/4 Turn Side, Behind, Side, Cross Rock, Side

1 – 2      Rock PD croisé derrière PG, Revenir sur PG  
3 – 4      1/4 tour à gauche en posant PD à droite, Croise PG derrière PD [12:00]  
5 – 6      Pose PD à droite, Rock PG croisé devant PD  
7 – 8      Revenir sur PD, Pose PG à gauche

### SCT 7 : Step x2, Step Pivot 1/2, 1/2 Back, Slow Coaster step

1 – 2      Pose PD devant, Pose PG devant  
3 – 4      Pose PD devant, 1/2 tour à gauche en posant PG devant [6:00]  
5 – 6      1/2 tour à gauche en posant PD derrière, pose PG derrière [12:00]  
7 – 8      Pose PD à côté du PG, Pose PD devant

### SCT 8 : Rock Forward, Chassé 1/2, Step, Touch, Kick-Ball-Step

1 – 2      Rock PD forward, Revenir sur PG  
3 & 4      1/4 tour à droite en posant PD à droite, PG à côté du PD, 1/4 tour à droite en posant PD devant [6:00]  
5 – 6      Pose PG devant, Touch PD à côté du PG  
7 & 8      Kick PD, Pose PD à côté du PG, Pose PG devant

**TAG : Fin du mur 3 à [6:00]**

**TAG: K-Step**

- 1 – 2            Pose PD dans la diagonale avant droite, Touch PG à côté du PD
- 3 – 4            Pose PG dans la diagonale arrière gauche, Touch PD à côté du PG
- 5 – 6            Pose PD dans la diagonale arrière droite, Touch PG à côté du PD
- 7 – 8            Pose PG dans la diagonale avant gauche, Touch PD à côté du PG

**© Montana Mag & Flo Moresteps – Novembre, 2017 Merci de ne pas modifier cette fiche sans notre accord.**

**E-mails: [flo.moresteps@gmail.com](mailto:flo.moresteps@gmail.com), [montanamag38@gmail.com](mailto:montanamag38@gmail.com)**

---