

La Casa de Papel EZ (fr)

拍數: 80 牆數: 0 級數: Débutant Phrasee
編舞者: Maryse Fourmage (FR) & Angéline Fourmage (FR) - Août 2018
音樂: My Life Is Going On - Cecilia Krull



Sequence : A-A-A-B-C-C-D-A-A-B-C-C-D(16)-D Start : 16 counts

A : 8 counts

A[1-8] : Basic Night-Club, Basic Night-Club, Step, Sweep, Cross, Back 1/4 L, Slide, Together, Hold

1-2& PG à G, PD derrière PG, Croisé PG devant PD
3-4& PD à D, PG derrière PD, PD devant PG
5-6& Sweep G d'arrière en avant, Croisé PG devant PD, Faire 1/4 G avec PD arrière
7-8& Slide PG à G avec Drag R, PD à côté PG, Pause (Pour le dernier A : Touch PD à côté PG)

B : 32 counts

B[1-8] : Mambo Back, Mambo Back, Mambo Side, Mambo Side

1&2 PD arrière, Revenir PG, PD à côté PG
3&4 PG arrière, Revenir PD, PG à côté PD
5&6 PD à D, Revenir PG, PD à côté PG
7&8 PG à G, Revenir PD, PG à côté PD

B[9-16] : Step to R diagonal, Drag, Touch, Step to L diagonal, Drag, Touch

1-2 PD en diagonale D, Drag PG
3-4 Continué le drag, Touch PG à côté PD
5-6 PG en diagonale G, Drag PD
7-8 Continué the drag, Touch PD à côté PG

B[17-24] : Mambo Back, Mambo Back, Mambo Side, Mambo Side

1&2 PD arrière, Revenir PG, PD à côté PG
3&4 PG arrière, Revenir PD, PG à côté PD
5&6 PD à D, Revenir PG, PD à côté PG
7&8 PG à G, Revenir PD, PG à côté PD

B[25-32] : Step to R diagonal Back, Drag, Touch, Step to L diagonal Back, Drag, Touch

1-2 PD en diagonale arrière D, Drag PG
3-4 Continué le drag, Touch PG à côté PD
5-6 PG en diagonale arrière G, Drag PD
7-8 Continué the drag, Touch PD à côté PG

C : 16 counts

C[1-8] : Chassé, Stomp, Stomp, Chassé, Stomp, Stomp

1&2 Chassé D (PD à D, PG à côté PD, PD à D)
3-4 Stomp PG à côté PD, Stomp PD à côté PG
5&6 Chassé G (PG à G, PD à côté PG, PG à G)
7-8 Stomp PD à côté PG, Stomp PG à côté PD

C[9-16] : Step R, Step together, Step L, Step together, Step together, Step together, Vine 1/4 R, Step

1-2& PD à D, PG à côté PD, Step PD à côté PG
3-4& PG à G, PD à côté PG, Step PG à côté PD
5-6 PD à D, PG derrière PD
7-8 Faire 1/4 D avec PD à D, PG devant

D : 24 counts

D[1-8] : Walk, Walk, Mambo, Mambo, Step turn 1/2 L

1-2 PD devant, PG devant
3&4 PD devant, Revenir PG, PD derrière
5&6 PG derrière, Revenir PD, PG devant
7-8 PD devant, Tourné 1/2 G (poids du corps PG)

D[9-16] : Walk, Walk, Mambo, Mambo, Step turn 1/4 L

1-2 PD devant, PG devant
3&4 PD devant, Revenir PG, PD derrière
5&6 PG derrière, Revenir PD, PG devant
7-8 PD devant, Tourné 1/4 G (poids du corps PG) Restart

D[17-24] : Jazz-Box, Arm, Step Back

1-2 Croisé PD devant PG, PG arrière
3-4 PD à D, PG côté PD
5-6 Bras main D devant, Main G devant
&7-8 Tournez votre bras avec PD arrière, Poussez votre bras devant, Touch PG à côté PD

NOTA :

(PD = Pied Droit ; PG = Pied Gauche)

Voir la vidéo pour les bras

Smile and enjoy the dance

Contact : maellynedance@gmail.com
