

# Calma (fr)

拍數: 64      牆數: 4      級數: Débutant / Novice  
編舞者: Maryloo (FR) - Janvier 2019  
音樂: Calma (Remix) - Pedro Capó & Farruko



Intro : 80 temps ( environ 36 secondes) pas de tag, pas de restart  
Ou : 16 temps ( environ 7 secondes) ( si vous estimez la durée de l'intro trop longue !)  
NB : Cette danse convient aussi aux débutants car la musique est très lente !

## RUMBA BOX

1-2-3-4      PD côté D, PG à côté du PD, PD arrière, hold  
5-6-7-8      PG côté G, PD à côté du PG, PG avant, hold

## R SIDE MAMBO ¼ TURN LEFT, FLICK ½ TURN R , SHUFFLE FWD , FLICK ¼ TURN L

1-2-3-4      Rock PD côté D, pivot ¼ de tour à G ( appui PG), PD avant, flick PG vers l'arrière et ½ tour à D (3.00)  
5-6-7-8      PG avant, PD à côté du PG, PG avant, flick du PD vers l'arrière et ¼ de tour à G (12.00)

## SHUFFLE FWD, FLICK ½ TURN R , SHUFFLE FWD ,SWEEP 1/4 TURN L

1-2-3-4      PD avant, PG à côté du PD, PD avant, flick PG vers l'arrière et ½ tour à D (6.00)  
5-6-7-8      PG avant, PD à côté du PG, PG avant, sweep du PD de l'arrière vers l'avant avec ¼ de tour à G (3.00)

## L CROSS ,SIDE, SWEEP, BEHIND, ¼ TURN R, STEP R FWD, STEP L FWD, HOLD

1-2-3-4      Cross PD devant PG , PG côté G, cross PD derrière PG, sweep du PG de l'avant vers l'arrière  
5-6-7-8      Cross PG derrière PD, ¼ de tour à D et PD avant, (6.00), PG avant, hold

## ROCKING CHAIR, STEP LOCK STEP, HOLD

1-2-3-4      Rock PD devant, revenir sur PG, rock PD arrière, revenir sur PG  
5-6-7-8      PD avant, lock PG derrière PD, PD avant, hold

## MAMBO 1/4 TURN L, HOLD, WEAVE

1-2-3-4      Rock PG avant, revenir sur PD et ¼ de tour à G, PG côté G, hold, (3.00)  
5-6-7-8      Cross PD devant PG, PG côté G, cross PD derrière PG, PG côté G

## R CROSS MAMBO , HOLD , L CROSS MAMBO, HOLD

1-2-3-4      Cross PD devant PG, revenir sur PG, PD côté D, hold  
5-6-7-8      Cross PG devant PD, revenir sur PD, PG côté G, hold

## PIVOT ½ TURN L, STEP,HOLD, BUMPS ( 3X),HOLD

1-2-3-4      PD avant, pivot ½ tour à G (appui PG)(9.00), PD avant, hold  
5-6-7-8      Bumps (G.D.G.),hold

Contact Chorégraphe: Maryloo : [maryloo.win68@gmail.com](mailto:maryloo.win68@gmail.com) - WEBSITE : [www.line-for-fun.com](http://www.line-for-fun.com)