

One Day (fr)

拍數: 32 牆數: 4 級數: Débutant +
編舞者: Séverine Fillion (FR) - Janvier 2020
音樂: One Day - Perfect Friction



Chorégraphie dédiée à Pierre !

Intro : 16 comptes

[1-8] SHUFFLE FWD, BRUSH FWD - BRUSH BACK, SHUFFLE FWD, BRUSH FWD - BRUSH BACK

- 1&2 Shuffle D G D devant
- 3-4 Brush plante du PG vers l'avant, Brush plante du PG vers l'arrière en croisant PG devant
jambe D
- 5&6 Shuffle G D G devant
- 7-8 Brush plante du PD vers l'avant, Brush plante du PD vers l'arrière en croisant PD devant
jambe G

[9-16] SIDE ROCK, BEHIND SIDE CROSS, SIDE ROCK, BEHIND, 1/4 TURN, FWD

- 1-2 Rock step D à droite, revenir sur PG
- 3&4 Croiser PD derrière PG, PG à G, croiser PD devant PG
- 5-6 Rock step G à gauche, revenir sur PD
- 7&8 Croiser PG derrière PD, 1/4 tour à D et poser PD devant, poser PG devant 3:00

[17-24] STOMP FWD, RIGHT TOE FAN, HEEL SWITCH, CLAP CLAP

Option style pour ces comptes 1 à 7 : mettre les mains à la taille

- 1-2 Stomp D devant (pointe PD tournée vers la G), pivoter pointe PD vers la D
- 3&4 Pivoter pointe PD vers la G, vers la D, vers la G (rester en appui sur PG)
- 5&6 Touch Talon D devant, revenir sur PD à côté du PG, Touch Talon G devant
- &7 Revenir sur PG à côté du PD, Touch Talon D devant
- &8 Clap Clap

[25-32] LARGE SIDE STEP, SLIDE (with arms), CROSS, UNWIND 1/2 TURN (X 2)

- 1-2 Grand pas PD à droite , glisser lentement PG à côté du PD
- Option style pour les comptes 1-2 et 5-6 : Lever les deux bras à hauteur des épaules, le bras G tendu à G, le bras D plié devant le torse et tourner la tête en regardant vers la G
- 3-4 Croiser le PG devant le PD, dérouler 1/2 tour vers la D (finir appui sur PG) 9:00
- 5-6 Grand pas PD à droite , glisser lentement PG à côté du PD
- 7-8 Croiser le PG devant le PD, dérouler 1/2 tour vers la D (finir appui sur PG) 3:00

PONT : 32 comptes (A la fin du 7ème mur à 9:00) puis reprendre la danse au début à 3:00

- 1-8 Grand pas PD à D et glisser PG à côté du PD (1-4), Grand pas PG à G, Slide PD (5-8)
- 9-16 Grand pas PD à D, Slide PG (1-4), 1/4 tour à D et grand pas PG à G, Slide PD (5-8) 12:00
- 17-24 Grand pas PD à D, Slide PG (1-4), 1/4 tour à D et grand pas PG à G, Slide PD (5-8) 3:00
- 25-32 Grand pas PD à D, Slide PG (1-4), Grand pas PG à G, Slide PD (5-8)

HAVE FUN & ENJOY !!

Chorégraphie dédiée à Pierre !