

Be Honest (fr)

拍數: 32 牆數: 2 級數: Intermédiaire - New Line
編舞者: Jonathan YANG (FR) & Steffie ROBERT (FR) - Février 2020
音樂: Be Honest (feat. Burna Boy) - Jorja Smith : (Single)



Intro : 16 comptes

[1-8] OUT R & L, ROCKING CHAIR (Cross & Right), CROSS SAMBA, CROSS SAMBA, TOUCH

- 1-2 Step D dans la diagonale avant D ("Out"), Step G dans la diagonale avant G "Out". 1 et 2 peuvent se faire avec des mouvements de hanche vers l'avant.
- 3&4& Cross rock Step D devant le pied G, revenir PdC sur PG, Rock Step D à D, Revenir PdC sur PG
- 5&6 Cross Samba D (= Cross D devant PG, Rock Step G à G, Step D dans la diagonale avant D)
- 7&8 Cross Samba G & Touch G (= Cross G devant PD, Rock Step D à D, Touch G dans la diagonale avant G) - corps vers 10:30

[9-16] 1/8 TURN L with TOE STRUT R, ¼ TURN L with TOE STRUT L, QUARTER DIAMOND

- &1-2 Step G près du PD (&), Toe Strut D vers 10:30 (1-2)
- 3-4 ¼ de tour à G avec toe Strut G en avant vers 7:30
- 5&6 Cross D devant PG, 1/8 de tour à D avec Step G à G, 1/8 de tour à D avec Step D en arrière. - 10:30
- 7&8 Step G en arrière, 1/8 de tour à D avec Step D à D, Cross G devant PD - 12:00

Restart ici au 4e mur

[17-24] PRESS R, TWIST R HEEL, BEHIND-SIDE-CROSS, PRESS G, BEHIND-SIDE-CROSS

- 1&2 Press D dans la diagonale D, Twist/swivel talon D à D, Twist/swivel talon D au centre et revenir PdC sur PG
- 3&4 Cross D derrière PG, Step G à G, Cross D devant PG
- 5&6 Press G dans la diagonale avant G avec Shimmy (le mouvement des épaules peut varier selon la musique), revenir PdC sur PD sur le temps 6
- 7&8 Cross G derrière PD, Step D à D, Cross G devant PD

[25-32] SHUG, CROSS R, L ROCK STEP, COASTER STEP

- 1&2 Touch D à D, Ramener PD vers le PG avec ¼ de tour à G, Touch D à D - 9:00
- &3&4 Ramener PD vers le PG avec ¼ de tour à G, Touch D à D, revenir PdC sur PG, Cross D devant PG - 6:00
- 5-6 Rock Step G dans la diagonale avant G, revenir PdC sur PD
- 7&8 Coaster Step G

RESTART : Au 4e mur, reprendre la danse au début après 16 comptes

REPEAT & ENJOY YOUR DANCE

Convention : D = Droite :: G = Gauche :: PdC : Poids du corps
PD = Pied droit :: PG = Pied gauche :: M : main

contact : iamsteffie3@yahoo.fr