

Lonesome Flats (fr)

拍數: 68 牆數: 4 級數: Intermédiaire
編舞者: Audrey Flament (FR) & Rob Fowler (ES) - Septembre 2020
音樂: Leaving Lonesome Flats - Dierks Bentley : (de Trolls World Tour)



Intro : 16 comptes (approx. 8 secs)

S1: R Dorothy, L Dorothy, Step R, Pivot ¼ Turn L, Cross Shuffle

1,2& Avancer PD dans la diagonale droite, Lock du PG derrière le PD, Avancer PD dans la diagonale droite
3,4& Avancer PG dans la diagonale gauche, Lock du PD derrière le PG, Avancer PG dans la diagonale gauche
5,6 Avancer PD, Faire un pivot ¼ de tour à gauche
7&8 Croiser PD devant PG, Poser PG à gauche, Croiser PD devant PG 9:00

S2: ¼ Turn R, ¼ Turn R, Cross Shuffle, Step R, Pivot ¼ Turn L, R Kick Out Out

1,2 Faire un ¼ de tour à droite en posant PG derrière, Faire ¼ de tour à droite en posant PD à droite 3:00
3&4 Croiser PG devant PD, Poser PD à droite, Croiser PG devant PD
5,6 Poser PD à droite, Faire un pivot ¼ de tour à gauche
7&8 Faire un kick devant avec le PD, Poser le PD à droite, Poser le PG à gauche (garder une distance entre les pieds environ égale à la largeur d'épaules) 12:00

S3: Heel Twists, Both Heels L, Both Heels R with ¼ Turn L, Step R, Pivot ½ Turn L

1,2 Pivoter le talon PD à gauche, Pivoter le talon PD à droite pour revenir au centre
3,4 Pivoter le talon PG à droite, Pivoter le talon PG à gauche pour revenir au centre
5,6 Pivoter les deux talons PD et PG à gauche, Pivoter les deux talons PD et PG à droite en faisant ¼ de tour à gauche (poids du corps sur PG à la fin) 9:00
7,8 Avancer PD, Faire un pivot ½ tour à gauche 3:00

S4: Jazzbox with Hands Brush, Heel Grind ¼ Turn R, Step R, Switches L&R, Hitch

1,2,3,4 Croiser PD devant PG, Reculer PG, Poser PD à droite, Avancer PG (option : vous pouvez faire des "brushes" avec les mains au niveau des hanches pendant le jazzbox)

RESTART 1: Pendant le Mur 3 - voir note ci-dessous*

5,6 Rock devant avec le talon du PD tout en twistant la pointe du PD de gauche à droite afin de faire ¼ de tour à droite, Revenir sur le PG 6:00

&7&8& Poser PD près du PG, Pointer PG à gauche à gauche, Poser PG près du PD, Pointer PD à droite, Faire un hitch du genou droit

RESTART 3: Pour le Mur 7 - voir la note ci-dessous***

S5: Slow Rocking Chair, Heel Switches R-L-R, Hold

1,2 Rock devant du PD, Revenir sur PG
3,4 Rock derrière du PD, Revenir sur PG
5&6& Poser le talon du PD devant, Poser PD près du PG, Poser le talon du PG devant, Poser PG près du PD
7,8 Poser le talon du PD devant, Pause 6:00

RESTART 2: Pendant le Mur 4 - voir la note ci-dessous**

S6: R Coaster, L Shuffle, Step R, Twist, Twist, Kick

1&2 Reculer PD, Poser PG près du PD, Avancer PD
3&4 Avancer PG, Poser PD près du PG, Avancer PG
5,6,7,8 Avancer PD, Faire un twist ½ tour à gauche, Faire un twist ½ tour à droite (poids du corps sur PG), Faire un kick devant avec le PD 6:00

S7: R Coaster, Step L, Pivot ½ Turn R, Full Turn R, Step, Hold & Clap

1&2 Reculer PD, Poser PG près du PD, Avancer PD

3,4 Avancer PG, Faire un pivot ½ tour à droite

5,6,7,8 Faire un ½ tour à droite en posant le PG derrière, Faire ½ tour à droite en posant le PD devant, Avancer PG, Pause et clap 12:00

S8: Step R, Pivot ½ Turn L, R Shuffle, Rock, Recover, Sailor ¼ Turn L

1,2 Avancer PD, Faire un pivot ½ tour à gauche 6:00

3&4 Avancer PD, Poser PG près du PD, Avancer PD

5,6 Rock devant du PG, Revenir sur PD

7&8 Croiser le PG derrière le PD en faisant ¼ tour à gauche, Poser PD à droite, Poser PG à gauche 3:00

S9: R Kick Ball Step, Step R, Pivot ½ Turn L

1&2 Faire un kick devant du PD, Poser PD à côté du PG, Avancer PG

3,4 Avancer PD, Faire un pivot ½ tour à gauche 9:00

Recommencer la danse du début

***RESTART1: Pendant le Mur 3, danser jusqu'au compte 28 inclus puis RESTART à 9:00**

****RESTART2: Pendant le Mur 4, danser jusqu'au compte 40 inclus puis RESTART à 3:00**

*****RESTART3: Pour le Mur 7 (qui démarre à 9:00) - ne pas faire les 4 premières sections de la danse, et redémarrer (RESTART) à partir de la section 5**
