

# In My Bones EZ (fr)

COPPER KNOB  
BY STEPHENETS

拍數: 48      牆數: 2      級數: Débutant  
編舞者: Nathalie Merry - Septembre 2020  
音樂: In My Bones - Ray Dalton



Musique : <https://RayDalton.Ink.to/InMyBones>

Départ à 0:10 soit 2x8 temps

PdC : poids du corps ; D : droit ; G : gauche

## S1 : Walk, Walk, triple step fwd, L rock step fwd, triple step bwd [12h]

- 1-2            Avancer le PD (1), avancer le PG (2)  
3&4           Pas chassé avant : avancer le PD (3), mettre le PG à côté du PD (&), avancer le PD (4),  
5-6           Rock Step fwd du PG : Poser le PG devant (5), remettre le PdC sur le PD (6),  
7&8           Pas chassé arrière : reculer le PG (7), amener le PD à côté du PG (&), reculer le PG (8)

## S2 : R Rock back, pivot 1/4t L, R jazz box cross [9h]

- 1-2            Back Rock Step du PD : Poser la plante du PD légèrement croisée derrière le PG (1), et  
                 remettre le PdC sur le PG (2)  
3-4            Avancer le PD (3), pivoter d'1/4t à G et mettre le PdC sur le PG (4)  
5-6-7-8       Jazz Box Cross : Croiser le PD devant le PG (5), reculer le PG (6), poser le PD à D (7),  
                 croiser le PG devant le PD et transférer le PdC (8)

## S3 : Right Lindy Step, L side rock, triple steps in place LRL [9h]

- 1&2            Pas chassé à D : déplacer le PD à D (1), rassembler le PG à côté du PD (&), déplacer le PD  
                 à D (2)  
3-4            Back Rock Step du PG : Poser la plante du PG légèrement croisée derrière le PD (3), et  
                 remettre le PdC sur le PD (4)  
5-6            Side Rock à G : déplacer le PG à G (5), et remettre le PdC sur le PD (6)  
7&8            Triple step in place LRL : poser le PG à côté du PD (7), poser le PD à côté du PG (&), poser  
                 le PG à côté du PD et transférer le PdC (8)

## S4 : R side rock, triple steps in place RLR, Left Lindy Step [9h]

- 1-2            Side Rock à D : déplacer le PD à D (1), et remettre le PDC sur le PG (2)  
3&4            Triple step in place DGD : poser le PD à côté du PG (3), poser le PG à côté du PD (&), poser  
                 le PD à côté du PG et transférer le PdC (4)  
5-6            Pas chassé à G : déplacer le PG à G (5), rassembler le PD à côté du PG (&), déplacer le PG  
                 à G (6)  
7-8            Back Rock Step du PD : Poser la plante du PD légèrement croisée derrière le PG (7), et  
                 remettre le PDC sur le PG (8)

## S5 : In R diagonale Step lock, step lock step, Rocking Chair squaring LOD [9h]

- 1-2            Avancer le PD dans la diagonale D (1), locker ou croiser le PG derrière le PD (2),  
3&4            Avancer le PD dans la diagonale D (3), locker le PG derrière le PD (&), avancer le PD dans  
                 la diagonale D (4)  
5-6-7-8       Rocking Chair du PG : Rock Step avant PG, rock step arrière PG : Poser le PG devant face à  
                 la ligne de danse (5), remettre le PdC sur le PD (6), poser la plante du PG légèrement  
                 croisée derrière le PD (7), remettre le PdC sur le PD (8)

## S6 : L chassé, 1/4t R chassé, pivot 1/2t R, L big Step, R touch [6h]

- 1&2            Pas chassé à G : déplacer le PG à G (1), rassembler le PD à côté du PG (&), déplacer le PG  
                 à G (2)  
3-4            faire 1/4t à D en posant le PD à D (3), ramener le PG à côté du PD (&), déplacer le PD à D  
                 (4) [12h]

5-6                    poser le PG devant (5) et pivoter d'1/2 t à D en transférant le PdC sur le PD (6) [6h]

7-8                    Faire un grand pas à G avec le PG (7), poser la 1/2 pointe du PD à côté du PG (8)

**Et on recommence**

---