

Sober (fr)

拍數: 81 牆數: 4 級數: Intermédiaire Phrasée
編舞者: Frédéric Marchand (FR) - 6 Novembre 2020
音樂: Sober - P!nk : (2008)



Intro : 8 comptes - Départ 1 temps après les paroles - Poids du corps sur la Gauche
Séquence: A64 - A64 *** - A32R - A64 - A48R - A64 - B17

PARTIE A: 64 COMPTES

S1A RIGHT KICK BAL POINT LEFT, LEFT SAILOR STEP 1/4 TURN LEFT, ROCK STEP RIGHT FWD, RECOVER LEFT, TRIPLE STEP RIGHT 1/2 TURN RIGHT

- 1&2 Coup de pied PD en avant (1) - Ramener PD à côté du PG PdC sur PD (&) - Pointer PG à Gauche (2) [12h00]
3&4 Croiser PG derrière PD (3) - 1/4 tour à Gauche et PD à Droite (&) [09h00] - PG à Gauche PdC sur PG (4)
5-6 PD devant PG (5) - Revenir sur PG PdC sur PG (6)
7&8 1/4 de tour Droite PD devant (7) [12h00] - PG à côté du PD (&) - 1/4 Droite PD devant (8) [03h00]

S2A ROCK STEP FWD LEFT, RECOVER RIGHT, ANCHOR STEP LEFT, ANCHOR STEP RIGHT, COASTER STEP LEFT

- 1-2 PG devant PD (1) - Revenir sur PD PdC sur PD (2)
3&4 Reculer PG derrière PD PdC sur PG en 3eme position (3) - revenir PdC sur PD (&) - revenir PdC sur PG (4)
5&6 Reculer PD derrière PG PdC sur PD en 3eme position (5) - revenir PdC sur PG (&) - revenir PdC sur PD (6)
7&8 Reculer PG (7) - PD à côté du PG (&) - Avancer PG PdC sur PG (8)

S3A SIDE RIGHT ON DIAGONAL RIGHT, TOUCH LEFT, SIDE LEFT ON DIAGONAL LEFT, TOUCH RIGHT, TRIPLE STEP RIGHT FWD, TWIST TURN 1/2 RIGHT, RIGHT SAILOR STEP

- 1&2& Faire 1/8 de tour à Gauche Poser PD à Droite (1) [01h30] - Toucher PG à côté du PD (&) - Faire 1/4 de tour à Droite Poser PG à Gauche (2) [04h30] - Toucher PD à côté du PG (&)
3&4 Faire 1/8 de tour à Gauche Poser PD devant PG (3) [03h00] - PG derrière PD (&) - PD devant PG (4)
5-6 Croiser PG devant PD avec PdC sur les 2 pieds (5) - 1/2 Tour à Droite finir pied croisé PdC sur PG (6) [09h00]
7&8 Croiser PD derrière PG (7) - PG à Gauche (&) - PD à Droite PdC sur PD (8)

S4A LEFT SWIVEL IN HEEL TOE, HICH LEFT, SLIDE LEFT, DRAG RIGHT, SIDE RIGHT, SPIRAL TURN 3/4 TURN LEFT, TRIPLE STEP LEFT

- 1&2 Pivoter talon PG vers PD (1) - Pivoter pointe PG vers PD (&) - Lever le genou Gauche PdC sur PD (2)
3-4 Grand pas du PG à Gauche (3) - Glisser PD vers PG PdC sur PG (4)
5-6 PD à Droite PdC sur PD (5) - Faire 3/4 de Tour à Gauche finir PG croisé devant PD PdC sur PD (6) [12h00]
7&8 PG devant PD (7) - PD derrière PG (&) - PG devant PD (8)

RESTART ici sur le mur 3 face 06h00

S5A DOROTHY STEP RIGHT AND LEFT, ROCK STEP FWD RIGHT, RECOVER LEFT, POINT RIGHT, SWAY RIGHT, SWAY LEFT

- 1-2& PD en diagonale Droite (1) - « Lock » PG croiser derrière PD (2) - PD en diagonale Droite (&)
3-4& PG en diagonale Gauche (3) - « Lock » PD croiser derrière PG (4) - PG en diagonale Gauche (&)
5&6 PD devant PG (5) - Revenir sur PG PdC sur PG (&) - Pointer PD à Droite (6)

7-8 Mettre le PdC sur la Droite en oscillant le haut du corps sur la Droite (7) - Mettre le PdC sur la Gauche en oscillant le haut du corps sur la Gauche (8)

***** TAG ici sur le mur 2 face 09h00 sur les comptes 7-8 et continuer la danse**

S6A BEHIND, STEP LEFT 1/4 TURN LEFT, STEP RIGHT FWD, ROCK STEP LEFT FWD, RECOVER RIGHT, BACK LEFT WITH SWIVEL RIGHT, BACK RIGHT WITH SWIVEL LEFT, COASTER STEP LEFT

1&2 PD derrière PG PdC sur PD (1) - 1/4 Tour à Gauche PG devant (&) [09h00] - Avancer PD devant (2)

3-4 PG devant PD (3) - Revenir sur PD PdC sur PD (4)

5-6 Reculer PG en pivotant la pointe PD à Droite (5) - Reculer PD en pivotant la pointe PG à Gauche (6)

7&8 Reculer PG (7) - PD à côté du PG (&) - Avancer PG PdC sur PG (8)

RESTART ici sur le mur 5 face 12h00

S7A WALK RIGHT, WALK LEFT, WALK RIGHT, OUT LEFT, OUT RIGHT, BALL LEFT CROSS RIGHT, STEP LEFT 1/4 TURN LEFT, STEP RIGHT FWD, 1/2 TURN LEFT

1-2-3 Avancer PD (1) - Avancer PG (2) - Avancer PD (3)

&4 PG à Gauche (&) - PD à Droite (4)

&5-6 Ramener PG à côté du PD (&) - Croiser PD devant PG (5) - Faire 1/4 de Tour à Gauche avec PG devant (6) [06h00]

7-8 PD devant PG (7) - 1/2 Tour à Gauche PdC sur PG (8) [12h00]

S8A SIDE RIGHT, SPIRAL TURN 3/4 TURN LEFT, TRIPLE STEP LEFT, STEP RIGHT FWD, 1/2 TURN LEFT, WALK RIGHT, WALK LEFT

1-2 PD à Droite PdC sur PD (1) - Faire 3/4 de Tour à Gauche finir PG croisé devant PD PdC sur PD (2) [03h00]

3&4 PG devant PD (3) - PD derrière PG (&) - PG devant PD (4)

5-6 PD devant PG (5) - 1/2 Tour à Gauche PdC sur PG (6) [09h00]

7-8 Avancer PD (7) - Avancer PG (8)

PARTIE B : 16 COMPTES

Les comptes de la partie B sont dansés sur la partie instrumental et non sur le BPM

S1B STEP RIGHT FWD WITH SWEEP LEFT, CROSS LEFT, SIDE RIGHT, BEHIND LEFT WITH SWEEP RIGHT, BEHIND RIGHT, STEP LEFT 1/4 TURN LEFT, STEP RIGHT FWD, ROCK STEP LEFT FWD, RECOVER RIGHT, 1/2 TURN LEFT, LEFT FULL TURN

1 Poser PD devant et Faire Mouvement circulaire avec la jambe Gauche d'arrière vers l'avant (1) [09h00]

2&3 PG Croisé devant PD (2) - PD à Droite (&) - Croiser PG derrière PD et Faire Mouvement circulaire avec la jambe Droite d'avant vers l'arrière (3)

4&5 Croisé PD derrière PG (4) - 1/4 Tour à Gauche PG devant (&) [06h00] - Avancer PD devant (5)

6&7 PG devant PD (6) - Revenir sur PD PdC sur PD (&) - 1/2 de tour à Gauche avec PG devant PD (7) [12h00]

8& 1/2 de tour à Gauche avec PD derrière (8) [06h00] - 1/2 de tour à Gauche avec PG devant (&) [12h00]

S2B STEP RIGHT FWD WITH SWEEP LEFT, CROSS LEFT, SIDE RIGHT, BEHIND LEFT WITH SWEEP RIGHT, BEHIND RIGHT, STEP LEFT 1/4 TURN LEFT, STEP RIGHT FWD, STEP LEFT FWD, 1/2 TURN RIGHT, STEP LEFT FWD, LEFT FULL TURN, 1/4 TURN LEFT

1 Poser PD devant et Faire Mouvement circulaire avec la jambe Gauche d'arrière vers l'avant (1) [12h00]

2&3 PG Croisé devant PD (2) - PD à Droite (&) - Croiser PG derrière PD et Faire Mouvement circulaire avec la jambe Droite d'avant vers l'arrière (3)

4&5 Croisé PD derrière PG (4) - 1/4 Tour à Gauche PG devant (&) [09h00] - Avancer PD devant (5)

6&7 PG devant PD (6) - 1/2 Tour à Droit PdC sur PD (&) [03h00] - PG devant PD (7)

8&1 1/2 de tour à Gauche avec PD derrière (8) [09h00] - 1/2 de tour à Gauche avec PG devant (&) [03h00] -

1/4 de tour à Gauche PD à Droite (1) [12h00]

***** TAG & REPLAY :** Mur 2 face 09h00 SECTION 5, après le mot « SILENCE » fait chut avec un doigt sur la bouche sur les comptes 7-8 et continuer la danse

7-8 SWAY RIGHT AND "CHUT!" - SWAY LEFT AND "CHUT!"

INTRO 8

A - 64 (Début 12h00 - Fin 09h00)

A - 64 (Début 09h00 - Fin 06h00) TAG sur la section 5 - Comptes 7-8 face 9h00 et continuer la danse

A - 32 (Début 06h00 - Fin 06h00) RESTART

A - 64 (Début 06h00 - Fin 03h00)

A - 48 (Début 03h00 - Fin 12h00) RESTART

A - 64 (Début 12h00 - Fin 09h00)

B - 17 (Début 09h00 - Fin 12h00)

Conventions : D = droite, G = gauche, PD = pied droit, PG = pied gauche, PdC = poids du corps

Recommencez avec le sourire..... V1-FR-FM le 06/11/2020

Contact : fred.linedance@gmail.com
