

# One for All (fr)

拍數: 32      牆數: 2      級數: Débutant +  
編舞者: Laura Turcaud (FR) - Octobre 2022  
音樂: Long as I Got You - James Bonamy



Créée pour la journée country des « Country step 85 » le 1er Oct 2022

Les passages différents des autres versions = en BLEU

Intro : 4x8 comptes

## One for all (TRADI)

### (1-8) Vine R, Touch R, Side Step L, Hook back R with Slap L, Side step R, Touch L

1-4 « Vine » : PD à D, PG derrière PD, PD à D, « Touch » toucher plante PG à côté du PD  
5-6 PG à G, « Hook » Lever PD derrière jambe G et « Slap » toucher PD avec main G  
7-8 PD à D, « Touch » toucher plante PG à côté du PD

### (9-16) Vine L, Touch R, Heel fwd R, Point R over L, Heel fwd R, Together R

1-4 « Vine » : PG à G, PD derrière PG, PG à G, « Touch » toucher plante PD à côté du PG  
5-6 Talon PD devant, croiser pointe PD par-dessus PG (pointe D à G du PG)  
7-8 Talon PD devant, assembler PD à côté du PG

### (17-24) Heel Strut L&R, Run back x3, Hitch R

1-2 « Heel strut » Talon PG devant, abaisser la plante PG  
3-4 « Heel strut » Talon PD devant, abaisser la plante PD  
5-7 « Run x3 » Courir 3 pas en arrière G-D-G  
8 « Hitch » Lever genou D (possible de sautiller sur PG)

### (25-32) Step turn ½ R, Step fwd R, Together L, Jump (out-out), Jump (In-in), Spread the arms, Clap

1-2 « Step turn ½ » : PD devant, ½ tour à G (PDC sur PG) 6H  
3-4 PD devant, assembler PG à côté du PD  
5-6 « Jump out-out » écarter les pieds en sautant, « Jump in-in » assembler les pieds en sautant  
7-8 Lever et écarter les bras au-dessus de la tête, frapper des mains au-dessus de la tête

\*\*\*\*\*

## One for all (CATA)

### (1-8) Vine R, Cross fwd L, ¼ turn R & Rock step fwd R, ½ turn R & Step fwd R, Scuff L

1-4 « Vine » PD à D, croiser PG derrière PD, PD à D, « Cross » croiser PG devant PD  
5-6 ¼ de tour à D et « Rock step » PD devant, revenir sur PG 3H  
7-8 ½ tour à D et PD devant, « Scuff » frotter talon PG à côté du PD 9H

### (9-16) ¼ turn R & Vine L, Touch R, Heel fwd R, Point R over L, Heel fwd R, Together R

1-3 ¼ de tour à D et « Vine » : PG à G, PD derrière PG, PG à G 12H  
4 « Touch » toucher plante PD à côté du PG  
5-6 Talon PD devant, croiser pointe PD par-dessus PG (pointe D à G du PG)  
7-8 Talon PD devant, assembler PD à côté du PG

### (17-24) Heel fwd L, Hook fwd L, Step fwd L, Hook back R, Side step R, Foot boogie L

1-2 Talon PG devant, « Hook » lever PG devant jambe D  
3-4 PG devant, « Hook » lever PD derrière jambe G  
5-8 PD à D, « Foot boogie » avec PG faire talon-pointe-talon vers le PD (finir PDC sur PG)

**(25-32) Rock step fwd R, ½ turn & Step fwd R, Together L, Jump (out-out), Jump (In-in), Hold, Stomp L**

- 1-2 « Rock step » PD devant, revenir sur PG  
3-4 ½ tour à D et PD devant, assembler PG à côté du PD 6H  
5-6 « Jump out-out » écarter les pieds en sautant, « Jump in-in » assembler les pieds en sautant  
7-8 Pause, frapper PG à côté du PD (PDC sur PG)

\*\*\*\*\*

**One for all (BRAZIL)**

**(1-8) Vine ¼ turn R, Latim (Brazilian term)**

- 1-3 « vine ¼ turn » PD à D, PG derrière PD, ¼ de tour à G et PD derrière 9H  
4-8 Balancer les hanches (genoux fléchis): arrière (sur PD) – avant (sur PG) – arrière (sur PD) – avant (sur PG) – arrière (sur PD)

**(9-16) ¼ turn R & Vine L, Touch R, Heel fwd R, Point R over L, Heel fwd R, Together R**

- 1-3 ¼ de tour à D et « Vine » : PG à G, PD derrière PG, PG à G 12H  
4 « Touch » toucher plante PD à côté du PG  
5-6 Talon PD devant, croiser pointe PD par-dessus PG (pointe D à G du PG)  
7-8 Talon PD devant, assembler PD à côté du PG

**(17-24) Heel fwd L, Hitch L with Slap, Step fwd L, Flick R with Slap, Step back R, Hitch L with Slap, Step fwd L, Flick R**

- 1-2 Talon PG devant, « Hitch » lever genou G et frapper la cuisse avec la main G ou les deux mains  
3-4 PG devant, « Flick » lever PD en arrière et toucher PD avec main D  
5-6 PD derrière, « Hitch » lever genou G et frapper la cuisse avec la main G ou les deux mains  
7-8 PG devant, « Flick » lever PD en arrière

**(25-32) Rock step fwd R, ½ turn & Step fwd R, Together L, Jump (out-out), Jump (In-in), arm movement L, Hitch R with Slap**

- 1-2 « Rock step » PD devant, revenir sur PG  
3-4 ½ tour à D et PD devant, assembler PG à côté du PD 6H  
5-6 « Jump out-out » écarter les pieds en sautant, « Jump in-in » assembler les pieds en sautant  
7 Mouvement du bras G : fléchir le bras G et envoyer le coude G en arrière (avec l'épaule G)  
8 « Hitch » lever genou D et le toucher avec main G
-