

# La Recette (fr)

拍數: 32      牆數: 2      級數: Novice  
編舞者: Antonella MAZZEO (FR) - Octobre 2022  
音樂: La recette - Slimane



No tags – No Restarts.  
Introduction : 16 comptes.

## S1 – STEP FWD, TURN ½ TRIPLE STEP FWD, PRESS FWD RECOVER, STEP BACK TOUCH L/R DIAGONALY

1, 2      Pas PD devant, 1/2 tour à G,  
3 & 4      Pas PD devant, Pas PG près du PD, Pas PD devant,  
5, 6      Press PG devant revenir en appui sur le PD, (option : body roll),  
&7,&8      Pas PG derrière sur diagonale G, touche PD près du PG, Pas PD derrière sur diagonale D,  
            touche PG près du PD,

## S2 – OUT OUT KNEE POP BALL CROSS, KNEE POP, BOUNCE X2 WITH TURN ½ , HEEL BALL STEP

&1 &2      (&)Out (1)Out, (&2)Knee pop,  
&3 &4      (&)Ball PG derrière (3)croise PD devant PG (&4)Knee pop,  
5, 6      Bounce X2 avec ½ tour à G,  
&7&8      Ball PG près du PD, talon D devant, ball PD assemble près du PG, pas PG devant,

## S3 – CROSS RECOVER SIDE ROCK CROSS SAMBA R, CROSS ¼ TURN CHASSE L

1&2&      (1)Croise PD devant PG, (&)revenir en appui sur PG, (2)pas PD à D, (&)revenir en appui sur PG,  
3&4      Croise PD devant PG, Pas PG à G, pas PD à D,  
5 6      (5)Croise PG devant PD, (6)¼ tour à G, pas PD derrière,  
7&8      (7)Pas PG à G, (&) assemble PD près du PG, (8)pas PG à G,

## S4 – CROSS RECOVER SWEEP SAILOR STEP CROSS SIDE SAILOR ¼ TURN

1 2      Croise PD devant PG, revenir en appui sur PG, effectuer un sweep du PD d'avant en arrière,,  
3 & 4      Croise PD derrière PG, pas PG à G, pas PD à D,  
5 6      Croise PG devant PD, pas PD à D, Sweep PG d'avant vers l'arrière,  
7&8      ¼ tour à G Croise PG derrière PD, pas PD à D, pas PG devant,

Final : Mur 9 : après 16 comptes (Heel ball step): OUT OUT à 12:00