

Not Alright Cha (fr)

拍數: 32 牆數: 2 級數: Novice
編舞者: Sebastiaan Holtland (NL) - Avril 2021
音樂: Not Alright - Pink Sweat\$



Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 28 / 12 / 2022
Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 8 temps

SIDE LEFT, BACK ROCK RIGHT, SIDE CHA CHA RIGHT, CROSS/ROCK LEFT, SIDE LEFT, RIGHT TOGETHER

1.2.3 pas PG côté G - ROCK STEP D arrière , revenir sur G avant
4&5 SHUFFLE D latéral : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD côté D
6.7 CROSS ROCK STEP G devant , revenir sur PD derrière
8&1 SHUFFLE G latéral : pas PG côté G - pas PD à côté du PG - pas PG côté G

LEFT SIDE, HOLD, TOGETHER, LEFT SIDE, HOLD, TOGETHER, SIDE ROCK LEFT, BEHIND, SIDE, TOGETHER

2&3 HOLD - SWITCH : pas PD à côté du PG - pas PG côté G
4&5.6 HOLD - SWITCH : pas PD à côté du PG - ROCK STEP latéral G côté G , revenir sur PD côté D
7&8 BEHIND-SIDE-TOGETHER G : CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - pas PG à côté du PD (appui PG)

RESTARTS : ici, sur le 3ème et le 6ème murs, changez le temps 8 : TAP PG à côté du PD , et reprendre au début

SIDE RIGHT, BACK ROCK LEFT, STEP LOCK STEP LEFT FORWARD, FORWARD ROCK RIGHT, RIGHT BACK, TOGETHER

1.2.3 pas PD côté D - ROCK STEP G arrière , revenir sur D avant
4&5 SHUFFLE LOCK G avant : pas PG avant - LOCK PD derrière PG - pas PG avant
6.7 ROCK STEP D avant , revenir sur G arrière
8&1 SHUFFLE D arrière : pas PD arrière - pas PG à côté du PD - pas PD arrière

RIGHT BACK, BACK ROCK LEFT, TURN 1/2 SHUFFLE TURN LEFT, BACK ROCK RIGHT, STEP RIGHT

2.3 ROCK STEP G arrière , revenir sur D avant
4&5 SHUFFLE G , 1/2 tour D : 1/4 de tour D . . . pas PG côté G - pas PD à côté du PG . . . 1/4 de tour D . . . pas PG arrière
6.7.8 MAMBO STEP D arrière : ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant - pas PD avant