

Trustfall (fr)

拍數: 32 牆數: 4 級數: Novice
編舞者: Véronique Vernet (FR) - Juin 2023
音樂: TRUSTFALL - P!nk



Intro: 2x8

[1- 8] OUT R- OUT L – TRIPLE BACK - BACK L, R – JUMP BACK L ,R – WALK BACK

1-2 Pas PD diagonale D - Pas PG diagonale G
3&4 Chassé arrière :Reculer PD - Pas PG devant PD - Reculer PD
5-6 Reculer PG - Reculer PD
&7-8 Petit saut arrière PG (&), PD (7) (Ecarté de la largeur du bassin) – Reculer PG (8)

[9 – 16] ROCK R BACK - ROCKING CHAIR R – TRIPLE FWD R

1-2 Reculer PD - Replacer le poid du corps sur le PG
3-4 Pas PD en avant - Replacer le poid du corps sur le PG
5-6 Reculer PD - Replacer le poid du corps sur le PG
7&8 Pas PD en Avant – Pas PG derrière PD - Pas PD en Avant

[17 - 24] ¼ TURN -CROSS SHUFFLE– SIDE ROCK STEP – SAILOR STEP

1-2 Pas PG en Avant - ¼ de Tour à D
3&4 Croiser PG devant PD – Pas PD à D – Croiser PG devant PD
5-6 Pas PD à D - Replacer le poid du corps sur le PG
7&8 Croiser PD derrière PG – Pas PG à G – Pas PD à D

[25-32] UNWIND ½ - SKATE R,L – TRIPLE FWD – SPIRAL (or STEP TOUCH L)

1-2 Plante PG derrière PD - Dévisser ½ tour à G (poid du corps PG)
3-4 Glisser PD en Diagonale D - Glisser PG en Diagonale G
5&6 Pas PD en Avant – Pas PG derrière PD – Pas PD en Avant
7-8 Pas PG en Avant - Spirale tour complet vers la D sur le PG

TAG : A la fin du mur 5 (face 9:00) ajouter 8 temps

OUT R- OUT L – TRIPLE BACK – JUMP BACK L ,R – WALK BACK – ROCK BACK

1-2 Pas PD diagonale D - Pas PG diagonale G
3&4 Chassé arrière :Reculer PD - Reculer PG devant PD - Reculer PD
&5-6 Petit saut arrière PG (&), PD (5) (Ecarté de la largeur du bassin) – Reculer PG (6)
7-8 Reculer PD - Replacer le poid du corps sur le PG

FINAL avec une spirale ½ Tour

v.veronique50@gmail.com