

# Seven Year Ache (P) (fr)

拍數: 64 牆數: 0 級數: Intermédiaire facile  
編舞者: Serge Légaré (CAN) & France Bastien (CAN) - Février 2024  
音樂: Seven Year Ache (feat. Jenna Paulette) - Aaron Watson



Position De Départ Double Hand Hold – Homme O.L.O.D, Femme I.O.L.D

[1-8] H&F: (Shuffle Side, Rock Back, Recover) x 2

1&2 H: Shuffle de côté G.D.G

F: Shuffle de côté D.G.D

3-4 H: PD derrière – retour sur PG

F: PG derrière – retour sur PD

5&6 H: Shuffle de côté D.G.D

F: Shuffle de côté G.D.G

7-8 H: PG derrière – retour sur PD

F: PD derrière – retour sur PG

Prendre position close western

[9-16] H: Side, Together, ¼ Turn L Shuffle, (Walk) x 2, ¼ Turn L Shuffle Side

F: Side, Together, ¼ Turn L Shuffle Back, (Back) x 2, ¼ Turn L Shuffle Side

1-2 H: PG à gauche - PD à côté du PG

F: PD à droite – PG à côté du PD

3&4 H: Shuffle Fwd ¼ de tour à gauche G.D.G

F: Shuffle back ¼ de tour à gauche D.G.D

5-6 H: PD devant – PG devant

F: PG derrière – PD derrière

7&8 H: Shuffle side ¼ de tour à gauche D.G.D

F: Shuffle Side ¼ de tour à gauche G.D.G

[17-24] H&F: Rock Back, Recover, ¼ Turn Shuffle Side, (Back) x 2, ¼ Turn Rock Side, Recover

1-2 H: PG derrière – retour sur PD

F: PD derrière – retour sur PG

3&4 H: ¼ de tour à droite Shuffle Side G.D.G

F: ¼ de tour à gauche Shuffle Side D.G.D

Laisser main D et passer main G par-dessus tête de la partenaire

5-6-7-8 H: PD derrière – PG derrière – ¼ de tour à droite PD à droite – retour sur PG

F: PG derrière – PD derrière – ¼ de tour à gauche PG à gauche – retour sur PD

Reprendre la main D position Double Hand Hold

[25-32] H: Rock Back, Recover, Shuffle Fwd, ¼ Turn R, ¼ Turn R, ¼ Turn Shuffle Fwd

F: Rock Back, Recover, ¼ Turn L Cross Shuffle, Back ¼ Turn L, Step Fwd, ¼ Turn L Shuffle Side

1-2 H: PD derrière – retour sur PG

F: PG derrière – retour sur PD

3&4 H: Shuffle Fwd D.G.D

F: ¼ de tour à gauche Shuffle Cross G.D.G

Laisser main D et passer main G par-dessus tête de la partenaire

5-6 H: ¼ de tour à droite PG devant – ¼ de tour à droite PD devant

F: ¼ de tour à gauche PD derrière - PG devant

7&8 H: ¼ de tour à droite Shuffle Fwd G.D.G

Repasser main G par-dessus tête de la partenaire

F: ¼ de tour à gauche Shuffle side D.G.D

[33-40] H&F: Rock Step, Recover, ¼ Turn Rock Side, Behind, ¼ Turn Step, Shuffle Fwd

1-2 H: PD devant – retour sur PG

**F : PG devant – retour sur PD**

3-4 H : ¼ de tour à droite PD à droite – retour sur PG

**F : ¼ de tour à gauche PG à gauche – retour sur PD**

**Reprendre position double hand hold**

5-6 H : PD croisé derrière – ¼ de tour à gauche PG devant

**F : PG croisé derrière – ¼ de tour à droite PD devant**

**Laisser main D et garder la main G de la partenaire**

7&8 H: Shuffle Fwd D.G.D

**F: Shuffle Fwd G.D.G**

**[41-48] H&F: ¼ Turn Side, Behind, Side, Cross, Side, ¼ Turn Step, Cross Fwd, Brush**

1-2 H: ¼ de tour à droite PG à gauche– PD croisé derrière

**F : ¼ de tour à gauche PD à droite – PG croisé derrière**

**Reprendre position double hand hold**

3-4 H : PG à gauche – PD croisé devant

**F : PD à droite – PG croisé devant**

5-6 H : PG à gauche – ¼ de tour à droite PD devant

**F : PD à droite – ¼ de tour à gauche PG devant**

**Laisser main G de la partenaire**

7-8 H : PG croisé devant – broser talon D

**F : PD croisé devant – broser talon**

**[49-56] H&F: Cross, Back, Shuffle ½ Turn, Step, Pivot ½ Turn, Rock Step, Recover**

1-2 H: PD croisé devant – PG derrière

**F : PG croisé devant – PD derrière**

3&4 H : Shuffle ½ tour à droite D.G.D

**F : Shuffle ½ tour à gauche G.D.G**

**Laisser les 2 mains et reprendre main G de la partenaire**

5-6 H : PG devant – ½ tour à droite poids sur PD

**F : PD devant – ½ tour à gauche poids sur PG**

**Laisser main G et prendre main D de la partenaire**

7-8 H : PG devant – retour sur PD

**F: PD devant – retour sur PG**

**[57-64] H&F: (Back) x 2, ¼ Turn Shuffle Side, Cross, Side, Behind Side Cross**

1-2 H: PG derrière – PD derrière

**F : PD derrière – PG derrière**

3&4 H : ¼ de tour à gauche Shuffle Side G.D.G

**F : ¼ de tour à droite Shuffle side D.G.D**

**Reprendre position du début Double Hand Hold**

5-6 H : PD croisé devant – PG à gauche

**F : PG croisé devant – PD à droite**

7&8 H : PD croisé derrière – PG à gauche – PD croisé devant

**F : PG croisé derrière – PD à droite – PG croisé devant**

**Recommencer du début**

**Last Update: 16 Mar 2024**

---