

Doctor or Nurse ? (fr)

拍數: 64 牆數: 2 級數: Intermédiaire - Country
編舞者: Aurélien DA SILVA MARQUET (FR) & Rémi TARDIEU (FR) - Juillet 2024
音樂: Doctor (Work It Out) - Pharrell Williams & Miley Cyrus



Démarrage de la danse : Comptez 4 temps et démarrez sur les paroles : «I could be your doctor...»

KICK R, STEP BACK, SIT BACK WITH LOOK BACK, RECOVER WEIGHT FORWARD, C BUMP TURNING ½ L, COASTER STEP

- 1 - 2 Kick PD diagonale avant D, PD derrière
- 3 - 4 Plier les jambes en position assise et PDC sur PD (regarder en arrière pardessus l'épaule D)
 , retour jambes tendues et PDC sur PG
- 5 & 6 TOUCH pointe PD en avant en élevant la hanche D et en tournant légèrement les talons côté
 D, tourner légèrement les talons côté G en commençant ½ tour à G et en faisant un Hip
 Bump à G, tourner complètement les talons côté D pour finir le ½ tour à G, baisser la hanche
 D et prendre appui sur PD arrière
- 7 & 8 PG derrière, PD à côté PG, PG devant

STEP FORWARD R,L, SHUFFLE FORWARD, ROCK STEP FORWARD, COASTER STEP

- 1 - 2 PD devant, PG devant
- 3 & 4 PD devant, PG à côté PD, PD devant
- 5 - 6 Rock G devant, Revenir sur PD
- 7 & 8 PG derrière, PD à côté PG, PG devant

MONTEREY TURN, 3x SIDE ROCK CROSS L, R, L

- 1 - 2 Pointer PD à droite, sur la plante du PG pivoter 1/2 tour vers la droite en amenant PD à côté
 PG
- 3 & 4 Rock PG à G, Revenir sur PD, PG croisé devant PD
- 5 & 6 Rock PD à D, Revenir sur PG, PD croisé devant PG
- 7 & 8 Rock PG à G, Revenir sur PD, PG croisé devant PD

SIDE, BEHIND, 1/4 STEP, 3/4 HITCH, SIDE SHUFFLE, TOUCH, TWIST TWIST

- 1 - 2 Pas PD à Droite, croiser PG derrière PD
- 3 - 4 1/4 T à Droite et pas PD avant, 3/4 T à Droite et Hitch genou G
- 5 & 6 Triple step PG à Gauche, pas PD à côté du PG, pas PG à Gauche
- 7 & 8 Ball PD derrière PG, Split des talons OUT, ramener les talons au centre et prendre appui sur
 PD

TOUCH, TWIST TWIST X2, SIDE POINT SWITCHES, LARGE STEP FORWARD WITH SCUFF

- 1 & 2 Ball PG derrière PD, Split des talons OUT, ramener les talons au centre et prendre appui sur
 PG
- 3 & 4 Ball PD derrière PG, Split des talons OUT, ramener les talons au centre et prendre appui sur
 PD
- 5 & 6 & Pointer PG à gauche, ramener PG à côté PD, pointer PD à droite, ramener PD à côté PG
- 7 - 8 Grand pas PG en avant, Scuff PD

CAMEL WALKS X4 MAKING ½ TURN, HIP X4

- 1 - 2 1/8 de tour à gauche en posant PD devant & casser genou gauche, 1/8 de tour à gauche en
 posant PG devant & casser genou droit
- 3 - 4 1/8 de tour à gauche en posant PD devant & casser genou gauche, 1/8 de tour à gauche en
 posant PG devant & casser genou droit
- 5 - 6 PD devant en poussant la hanche droite devant, revenir PDC sur PG en arrière en poussant
 la hanche gauche à l'arrière

7 - 8 Revenir PDC sur PD en poussant la hanche droite l'avant, revenir PDC sur PG en arrière en poussant la hanche gauche à l'arrière

PONY STEPS BACK X2, STEP 1/4 TURN w/HIP ROLL, HIP ROLL

1 & 2 pas PD arrière avec HITCH genou G, pas PG à côté du PD, pas PD arrière avec HITCH genou G
3 & 4 pas PG arrière avec HITCH genou D, pas PD à côté du PG, pas PG arrière avec HITCH genou D
5 - 6 Poser PD devant, 1/4 de tour à gauche et rouler les hanches de droite à gauche (finir le hiproll à droite avec PdC sur PD)
7 - 8 Transfert PDC sur PG et rouler les hanches de gauche à droite (finir le hiproll à gauche avec PdC sur PG)

JAZZ BOX ¼ TURN, TOE STRUT 1/2 TURN LEFT X2

1 - 2 Croiser PD devant PG, poser PG derrière PD
3 & 4 Pivoter 1/4 de tour vers la droite en posant PD à droite, poser PG en avant
5 - 6 1/2 tour à G pointe du pied D derrière, poser talon D avec PDC dessus
7 & 8 Continuer 1/2 tour à G pointe pied G en avant, poser talon G avec PDC dessus

« Recommencez au début & Keep Smile !!! »

dauremi.dance@gmail.com
