

The Martha Motel (fr)

拍數: 48 牆數: 4 級數: Novice
編舞者: Chris South (FR) - 21 Novembre 2024
音樂: One Night Standards - Ashley McBryde



Intro: 16 comptes (après la parole)

Restart: 2 Tag:1

S1: Rock Step R Fwd, Side Rock R, Behind side Cross, Rock Step R & 1/4 Turn L

1-2 Poser PD devant, Revenir PdC sur PG
3-4 Poser PD sur le côté, Revenir PdC sur PG
5&6 Poser PD derrière PG, Poser PG à G, Croiser PD devant PG
7-8 Poser Talon Gauche devant, Revenir PdC sur PD et Faire 1/4 de tour à G

S2: Manbo 1/2 Turn L, Toe Strut R 1/2 Turn L, 1/2 Turn L Toe Strut L, Step Turn

1-2 Poser Talon Gauche devant, Revenir PdC sur PD et Faire 1/2 de tour à G (PdC sur PG)
3-4 Pointe PD devant, Faire 1/2 à Gauche et Poser le Talon D au sol
5-6 Faire 1/2 tour à Gauche et Pointe PG devant, Poser le Talon G au sol
7-8 Poser PD devant, Faire 1/2 tour à Gauche

S3: Pivot Turn L, Sweep L, Sweep R, Lock Step R, Coaster Step Bck L, Scuff L

1-2 Faire 1/2 à Gauche, Poser Le PD derrière
3 Faire Glisser la pointe du PG Derrière, Poser PdC sur PG (PdC)
4 Faire Glisser la Pointe du PD derrière, Poser PdC sur PD (PdC)
5 Croiser PG devant PD, Poser PD derrière
6&7 Poser PG derrière, Rassembler PD à côté du PG, Poser PG devant
8 Taper le sol avec le Talon Droit

Section 4: Heel Strut R, Heel Strut L, Scuff R, Step R, Touch L, Step Bck L

1-2 Poser le Talon Droit devant, Poser la Plante du Pied Droit
3-4 Poser le Talon Gauche devant, Poser la Plante du Pied Gauche
5-6 Taper le sol avec le Talon Droite, Poser le PD devant
7-8 Toucher le PG derrière PD, Poser PG derrière

Section 5: Hook R, Step R, Step L, Touch R, Step Bck R, Hook L, Step L, Scuff R

1-2 Faire un Hook du PD devant la Jambe Gauche, Poser PD devant
3-4 , Poser le PG devant, Toucher le PD derrière PG
5-6 Poser PD derrière, Faire un Hook du PG devant la Jambe Droite
7-8 Poser PG devant, Taper le sol avec le Talon Gauche

Section 6: Sway R, Sway L, Triple Step R, Sway L, Sway L, Triple Step L

1-2 Poser PD à Droite & Balancer la Hanche à Droite, Balancer la Hanche à Gauche
3&4 Poser le PD à Droite, Rassembler PG à côté du PD, Poser PD à Droite
5-6 Poser PG à Gauche & Balancer la Hanche Gauche, Balancer la Hanche à Droite
7&8 Poser PG à Gauche, Rassembler PD à côté du PG, Poser PG à Gauche

Restart/ Tag:

Au 3° Mur Face à 9H, Faire la Section 3 puis recommencer la Danse.

Au 6° Mur Face à 6H, Faire la Section 5 puis recommencer la Danse.

A la fin du 7° Mur Face à 9H, Faire 4 Heel Bump du PD, et recommencer la Danse.

