

One Night (L/P) (fr)

COPPERKNOB
STEPSHETS

拍數: 32

牆數: 4

級數: Improver social cha line/partner
dance



編舞者: Manon Majeau (CAN) & Réal L'archevêque (CAN)

音樂: One Night At a Time - George Strait

ROCK STEP, SHUFFLE SIDE, ROCK STEP, SHUFFLE

- 1-2 Homme: rock step droit arrière, ramenez le poids sur le pied gauche
Femme: rock step gauche avant, ramenez le poids sur le pied droit
- 3&4 Homme: shuffle side de côté droit, gauche, droit
Femme: shuffle side de côté gauche, droit, gauche
- 5-6 Homme: rock step gauche avant, ramenez le poids sur le pied droit
Femme: rock step droit arrière, ramenez le poids sur le pied gauche
- 7&8 Homme: shuffle arrière gauche, droit, gauche
Femme: shuffle avant droit, gauche, droit

HOMME: STEP ¼ TURN, STEP SHUFFLE ¼, ROCK STEP SIDE SHUFFLE

FEMME: STEP STEP, SHUFFLE ½ TURN, ROCK STEP SIDE, SHUFFLE

- 1-2 Homme: step droit arrière ¼ tour à gauche, step gauche à côté du droit
Femme: steps avant gauche, droit (la femme passe devant l'homme)

L'homme lève le bras gauche, la femme passe sous le bras de l'homme

- 3&4 Homme: shuffle droit, gauche, droit ¼ tour à gauche
Femme: shuffle gauche, droit, gauche ½ tour à droite

Reprendre position fermée

- 5-6 Homme: rock step gauche de côté, ramenez le poids sur le pied droit
Femme: rock step droit de côté, ramenez le poids sur le pied gauche
- 7&8 Homme: shuffle gauche, droit, gauche arrière
Femme: shuffle droit, gauche, droit avant

HOMME: STEP ¼ TURN STEP, SHUFFLE, ROCK STEP, SHUFFLE

FEMME: STEP STEP, SHUFFLE ¼ TURN, ROCK STEP, SHUFFLE

- 1-2 Homme: step droit arrière ¼ tour à droite, step gauche à côté du droit
Femme: steps avant gauche, droit (la femme passe devant l'homme)

L'homme lève le bras gauche, la femme passe sous le bras de l'homme (position wrap)

- 3&4 Homme: shuffle droit, gauche, droit sur place
Femme: shuffle gauche, droit, gauche ¼ tour à gauche (position wrap à la droite de l'homme)
- 5-6 Homme: rock step gauche arrière, ramenez le poids sur le pied droit
Femme: rock step droit arrière, ramenez le poids sur le pied gauche
- 7&8 Homme: shuffle gauche, droit, gauche avant
Femme: shuffle droit, gauche, droit avant

HOMME: ROCK STEP, SHUFFLE SIDE, STEP, STEP, SHUFFLE

FEMME: STEP, STEP, SHUFFLE TURN ¼ TURN, STEP ½, STEP SHUFFLE ¾ TURN

La femme passe sous le bras droit de l'homme, on lâche la main gauche de l'homme et la main droite de la femme

- 1-2 Homme: rock step droit arrière, ramenez le poids sur le pied gauche
Femme: steps gauche arrière, step droit arrière ¼ tour à droite (en passant sous le bras de l'homme)
- 3&4 Homme: léger shuffle de côté droit, gauche, droit (l'homme allonge le bras gauche côté gauche pour reprendre le bras droit de la femme)

Femme: shuffle gauche, droit, gauche $\frac{3}{4}$ tour à droite (la femme lâche la main droite de l'homme pour reprendre la main gauche de l'homme pour revenir en position promenade inversée)

Option on se lâche les mains

1-2 Homme: rock step droit arrière, ramenez le poids sur le pied gauche

Femme: steps gauche, droit arrière

3&4 Homme: shuffle de côté droit, gauche, droit

Femme: shuffle de côté gauche, droit, gauche

5-6 Homme: steps gauche, droit sur place

Femme: steps droit, gauche avant diagonale devant l'homme ($\frac{1}{8}$)

L'homme lève son bras gauche pour faire passer la femme en dessous de son bras

7&8 Homme: léger shuffle de côté gauche, droit, gauche

Femme: shuffle droit, gauche, droit $\frac{5}{8}$ tour à gauche

REPEAT

Sur la musique "One Night At A Time", lorsque la musique ralenti, suivez le tempo. Quand la musique s'arrête pour une pause de 4 temps, arrêtez et recommencez lorsque le chanteur reprend.
