

Catch That Train (fr)

拍數: 32 牆數: 2 級數: intermédiaire
編舞者: Don Pascual (FR) - Octobre 2011
音樂: This Train (Jools Holland)



Démarrer sur les paroles ... et suivez le rythme de la musique !!
Start on vocals...and just follow the beat of the music !!

Section 1: R Stomp fwd, clap, L stomp fwd, camel walks x4

1-4 Stomp D devant – Clap – Stomp G devant – clap

5-8 4 camel walks (D,G,D,G)

Option + facile: 4 pas DGDG (jambes semi-fléchies)

Easier option: 4 steps RLRL (legs slightly bent)

Section 2: R fwd rock step, back runs RLR, L back rock step, back runs LRL

1-2 Rock step D devant (style camel walk)

3&4 petits runs vers arrière D,G,D.

5-6 Rock step G arrière (style camel walk)

7&8 3 petits runs vers arrière G,D,G.

Style: plier les genoux pendant les runs et les rock steps

(bend your knees while performing the runs and rock steps)

Section 3: R Heel fwd, L toe back, R toe back, L heel fwd (making 1/8 T to the L x4), R fwd scuff, hitch, stomp, L fwd scuff, hitch, stomp

1&2&3&4& Talon D devant, pied D à côté G avec 1/8 T vers gauche, pointe G derrière, pied G à côté D avec 1/8 T vers gauche, pointe D derrière, pied D à côté G avec 1/8 T vers gauche, talon G devant, pied G à côté D avec 1/8 T vers gauche

5&6 Scuff, hitch, stomp pied D (avancer légèrement)

7&8 Scuff, hitch, stomp pied G (avancer légèrement)

Section 4: Camel walks x4, cross R over L, R back scoots x2, stomp L beside R

1-4 4 camel walks (D,G,D,G)

5-8 Croiser pied D devant G – (Scoot arrière D avec hook G derrière D) x2 – Stomp G à côté D

Style: Pendant les scoots, actionner le sifflet avec le bras droit

(while performing the scoots, blow the whistle with your right hand)

Comptes 1 à 4: Option + facile: 4 pas DGDG (jambes semi-fléchies)

Counts 1 to 4: Easier option: 4 steps RLRL (legs slightly bent)

Final: ½ T à Droite en faisant 8 camel walks (DGDGDGDG) pour se retrouver face à 12 H
(8 camel walks RLRLRLRL making a ½ T to the R, ending facing 12 H)

Recommencez avec le sourire...

Contact: countryscal@orange.fr