

Runnin' Out (fr)

COPPER KNOB
STEPSHEETS

拍數: 56 牆數: 2 級數: Intermédiaire Facile
編舞者: Marianne Langagne (FR) - Février 2014
音樂: Runnin' Out of Air - Love and Theft : (iTunes)



Intro : 16 comptes (la danse commence sur le mot « Breath » de « I Gotta Catch my Breath »)

[1 à 8]: LARGE SIDE, TOGETHER, TRIPLE FWD, SYNCOPATED ROCKING CHAIR , STEP R.½ TURN, KNEE ROLL

1-2 Grand PD à D, Ramener PG près PD (PdC PG)
3&4 PD devant & PG rejoint, PD devant
5&6 PG devant & revient appui PD & PG derrière
&7&8 &Revenir appui PD, ½ tour à D ...PG derrière (PdC PG) & Rouler le genou droit x 2 (PdC PG) 6h

[9 à 16]: SKATE , TRIPLE FWD, STEP RIGHT ½ TURN X 2

1-2 Glisser PD vers diagonale Droite, Glisser PG vers diagonale Gauche
3&4 PD devant & PG rejoint, PD devant
5-6 PG devant, ½ tour à Droite (PdC PD)
7-8 PG devant, ½ tour à Droite (PdC PD)

[17 à 24]: STEP FWD, SIDE POINT, STEP FWD, SIDE POINT, SAILOR WITH LEFT ¼ TURN, STEP LEFT ½ TURN

1-2 PG devant PD, pointe D à Droite
3-4 PD devant PG , Pointe G à Gauche
5&6 PG croise derrière PD en ¼ de Tour à Gauche & PD à Droite, PG à Gauche 3h
7-8 PD devant, ½ tour à Gauche 9h

[25 à 32]: BOOGIE WALK RIGHT & LEFT, ROCK FWD, TRIPLE LATERAL ON RIGHT ¼ TURN

1&2 Avance Pointe D & en soulevant la hanche Droite et rotation vers l'extérieur, Pose talon
3&4 Avance Pointe G & en soulevant la hanche Gauche et rotation vers l'extérieur, Pose talon
5-6 PD devant, Revenir appui PG
7&8 ¼ de tour à D-PD à Droite & PG près PD, PD à Droite 12h

[33 à 40] WALK X 2 , STEP LOCK STEP, STEP LEFT ½ TURN X 2

1-2 Marche PG, PD
3&4 Avance PD & Croise PD derrière, Avance PG
5-6 PD devant, ½ Tour à Gauche
7-8 PD devant, ½ Tour à Gauche

[41 à 48] JAZZ BOX, STEP LEFT ½ TURN, LEFT ¼ TURN, SIDE, BACK

1-2 Croise PD devant PG, Recule PG
3-4 PD à D, PG devant PD
5-6 PD devant , ½ Tour à Gauche 6h
7-8 ¼ de Tour à Gauche- PD à Droite, Croise PG derrière 3h

Ici Restart au 2ème mur , mais remplacer les comptes 7-8 par Marche D, G

[49 à 56] SWAY, RIGHT ¼ TURN, TRIPLE FWD, RIGHT ½ TURN, SWAY, LEFT ¼ TURN, TIPLE FWD

1-2 Balance D, G
3-4 ¼ de tour à D -PD devant & PG rejoint, PD devant 6h
5-6 ½ à Droite- PG à Gauche balance G , D 9h
7-8 1/4 de tour à G- PG devant & PD rejoint, PG devant 6h

La danse est terminée....Recommencez avec le sourire !!!

Contact: eujeny_62@yahoo.fr
