

Easy Does It



Chorégraphe : Nancy A. Morgan (USA - 2007)

Niveau : Débutant

Description : Danse en ligne, 32 temps, 4 murs

Musique : "Party Song" (116 bpm) par Darryl Worley (CD : Here And Now)
"One Of The guys" (135 bpm) par Kelly Pickler (CD : Small Town Girl)
"Higher Ground" (141 bpm) par The Red Hot Chili Peppers (CD : Greatest Hits - Center Stage Soundtrack)

Démarrage : sur les paroles

TOE, HEEL, TRIPLE IN PLACE, TOE HEEL, TRIPLE IN PLACE

- 1 Touch pointe PD à côté PG (genou "In")
- 2 Touch talon D à côté PG (genou "Out")
- 3&4 Triple Step D sur place (D, G, D)
- 5 Touch pointe PG à côté PD (genou "In")
- 6 Touch talon G à côté PD (genou "Out")
- 7&8 Triple Step PG sur place (G, D, G)

WALK, WALK, SHUFFLE FORWARD, FORWARD ROCK, SHUFFLE BACK

- 1-2 PD devant, PG devant
- 3&4 Triple Step PD avant (D G, D)
- 5-6 Rock Step PG avant, revenir sur PD arrière
- 7&8 Triple Step PG arrière (G,D,G)

BACK ROCK, STEP, ¼ TURN PIVOT, STOMP, KICK, BACK ROCK

- 1-2 Rock Step PD arrière, revenir sur PG avant
- 3-4 PD devant, 1/4 tour à G (PdC sur PG)
- 5-6 Stomp PD à côté PG, Kick PD devant
- 7-8 Rock Step PD arrière, revenir sur PG avant

KICK TWICE, BACK ROCK, STEP TOGETHER, SIDE ROCK

- 1-2 Kick PD avant vers le bas, Kick PD avant un peu plus haut
- 3-4 Rock Step PD arrière, revenir sur PG avant
- 5-6 pas PD avant, pas PG à côté PD
- 7-8 Rock Step latéral PD à D, revenir sur PG

Abréviations : PD = Pied Droit - PG = Pied Gauche - D = Droite - G = Gauche - PdC = Poids du Corps

Source : <http://www.morgans-linedance-mania.org>

Réalisation : <http://www.aboutwesternlinedance.fr>