

# Free & Easy



**Chorégraphes :** Malcolm & Viv Owen (GBR - 1996)  
**Niveau :** Débutant  
**Description :** danse en ligne, 16 temps, 4 murs  
**Musique :** "Silver Wings" (96 bpm) par Memphis Roots  
**Démarrage :** sur les paroles après intro de 16 temps

## (1 à 8) PIGEON TOES (HEEL SPLIT), TOE STRUTS, PIVOT TURN ¼

- 1-2 Heels split (Pivot des talons "Out" avec PdC sur les plantes, retour des talons en position initiale)
- 3-4 Toe Strut avant PD (Touch avant pointe PD, pose talon PD)
- 5-6 Toe strut avant PG
- 7-8 Step Turn 1/4 tour à G (PD devant, 1/4 tour à G avec PdC sur PG)

## (9 à 16) JAZZ BOX, LEFT GRAPEVINE (STROLL)

- 1-4 Jazz Box/Touch PD (PD croisé devant PG, PG derrière, PD à D, Touch PG à côté PD)
- 5-8 Vine à G (PG à G, PD croisé derrière PG, PG à G), Stomp PD à côté PG