

# Good Day To Run



**Chorégraphe :** Benny Ray (DNK - 2011)

**Niveau :** Débutant

**Description :** danse en ligne, 32 temps, 2 murs

**Musique :** "A Good Day To Run" (147 bpm) par Darryl Worley (CD : Have You Forgotten)

**Démarrage :** sur les paroles après intro de 16 temps

## (1 à 8) 4 X DIAGONAL STEP TOUCH

1-2 PD devant dans diagonale D, Touch PG à côté PD

3-4 PG derrière dans diagonale G, Touch PD à côté PG

5-6 PD derrière dans diagonale D, Touch PG à côté PD

7-8 PG devant dans diagonale G, Touch PD à côté PG

## (2 à 16) R STEP, LOCK, STEP, SCUFF, L STEP, LOCK, STEP, SCUFF

1-2 PD devant, Lock PG croisé derrière PD

3-4 PD devant, Scuff avant PG

5-6 PG devant, Lock PD croisé derrière PG

7-8 PG devant, Scuff avant PD

## (17 à 24) STEP, ½ TURN, STEP, HOLD, TRIPLE FULL TURN R

1-2 PD devant, 1/2 tour à G

3-4 PD devant, Pause

5-6 Full Turn à D (1/2 à D avec PG derrière, 1/2 à D avec PD devant)

7-8 PG devant, Pause

## (25 à 32) RUN FORWARD, TOUCH, RUN BACK, TOUCH

1-2 PD devant, PG devant

3-4 PD devant, Touch PG à côté PD

*option sur ce 4ème temps à la place du Touch avec Slap arrière main D sur talon PG*

5-6 PG derrière, PD derrière

7-8 PG derrière, Touch PD à côté PG

*option sur ce 8ème temps à la place du Touch avec Slap avant main G sur talon PD*