

I Promised Myself



Chorégraphe : Eric Lecardonnel (FRA - 2014)

Niveau : Novice

Description : danse en ligne, 32 temps, 38 pas, 4 murs, 1 Restart

Musique : "I Promised Myself" (128 bpm) par Nick Kamen (Single : I Promised Myself)

Démarrage : après intro de 24 temps

(1 à 8) R SIDE ROCK ¼ TURN, R SHUFFLE FWD, L SIDE ROCK, BEHIND SIDE CROSS

1-2 Rock Step latéral à D 1/4 tour à G (Rock PD à D avec PdC, 1/4 tour à G avec retour PdC sur PG) (09:00)

3&4 Triple Step avant PD (PD devant, PG à côté PD, PD devant)

5-6 Rock Step latéral à G (Rock PG à G avec PdC, retour PdC sur PD)

7&8 Behind Side Cross PG (PG croisé derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD)

(9 à 16) R SIDE SUFFLE ¼ TURN, RIGHT STEP TURN ½, FULL TURN R, STEP L DIAGONAL, TOUCH

1&2 Triple Step latéral 1/4 tour à D (PD à D, PG à côté PD, 1/4 tour à D avec PD devant) (12:00)

3-4 Step Turn 1/2 tour à D (PG devant, 1/2 tour à D avec PdC sur PD) (06:00)

5-6 Full Turn à D (1/2 tour à D avec PG derrière, 1/2 tour à D avec PD devant) (06:00)

7-8 PG devant dans diagonale G, Touch PD derrière PG

Variante plus simple sur les temps 5-6 à la place du Full Turn : PG devant, PD devant

Restart ici sur le 8ème mur

(17 à 24) KICK, KICK, R SAILOR WITH 1/4 TURN R, ¼ TURN L SIDE ROCK, L CROSS SHUFFLE

1-2 Kick avant PD, Kick PD à D

3&4 Sailor Step PD 1/4 tour à D (plante PD croisée derrière PG, 1/4 tour à D avec plante PG à côté PD, PD devant) (09:00)

5-6 Rock Step PD 1/4 tour à D (Rock avant PG avec PdC, retour PdC sur PD avec 1/4 tour à D) (12:00)

7&8 Triple Step croisé à D (PG croisé devant PD, PD à D, PG croisé devant PD avec PdC)

(25 à 32) R SIDE, HOLD, R BALL SIDE ROCK, JAZZ BOX WITH ¼ TURN

1-2 PD à D, pause

&3-4 PG à côté PD, Rock Step latéral à D (Rock PD à D avec PdC, retour PdC sur PG)

5-8 Jazz Box PD 1/4 tour à D (PD croisé devant PG, 1/4 tour à D avec PG derrière, PD à D, PG croisé devant PD) (03:00)

RESTART

après le 16 temps du 8ème mur