

More Than Friends

Chorégraphe : **Daniel Trepap** (NLD - 2013)

Niveau : Intermédiaire

Description : danse en ligne, 64 temps, 2 murs, 1 Restart, 1 Tag

Musique : "More Than Friends" (128 bpm) par Inna ft. Daddy Yankee

Démarrage : après intro de 32 temps du début de la musique (environ à 15 sec. du début)



(1 à 8) 2X HEEL GRIND COASTER STEP

- 1-2 Heel Grind PD (talon PD devant avec PdC et pointe pivotée à G, retour PdC sur PG avec avec pivot pointe PD à D)
- 3&4 Coaster Step PD (plante PD derrière, plante PG à côté PD, PD devant)
- 5-6 Heel Grind PG
- 7&8 Coaster Step PG

(9 à 16) JUMP with FLICK, ¼ TURN R SWEEP, SAILOR STEP, JUMP with FLICK, ¼ TURN L SWEEP, ¼ TURN L SAILOR

- 1-2 Jump avant PD avec Flick arrière PG, retour PdC sur PG avec 1/4 tour à D et Sweep PD d'avant en arrière (03:00)
- 3&4 Sailor Step PD (plante PD croisée derrière PG, plante PG à G, PD légèrement devant)
- 5-6 Jump avant PG avec Flick arrière PD, retour PdC sur PD avec 1/4 tour à G et Sweep PG d'avant en arrière (12:00)
- 7&8 Sailor Step PD 1/4 tour à G (1/4 tour à G avec plante PG croisée derrière PD, plante PD à D, PG devant) (09:00)

(17 à 24) FORWARD STEP, TOGETHER, SHUFFLE, ¼ TURN RIGHT, STEP SIDE, TOGETHER, SHUFFLE SIDE

- 1-2 PD devant, PG à côté PD
- 3&4 Triple Step avant PD (PD devant, PG à côté PD, PD devant)
- 5-6 1/4 tour à D avec PG à G, PD à côté PG (12:00)
- 7&8 Triple Step latéral à G (PG à G, PD à côté PG, PG à G)

(25 à 32) STEP FWD, ¼ TURN LEFT, STEP FWD, ¼ TURN LEFT, STEP FWD, 1/8 TURN LEFT, STEP, 1/8 TURN LEFT

tous les pas de cette séquence sont réalisés avec des Hips Rolls (roulements des hanches) dans en sens inverse des aiguilles d'une montre

- 1-2 PD devant avec rotation avant des hanches en sens anti-horaire, 1/4 tour à G en finissant le mouvement sur PG (09:00)
- 3-4 PD devant avec rotation avant des hanches en sens anti-horaire, 1/4 tour à G en finissant le mouvement sur PG (06:00)
- 5-6 PD devant avec rotation avant des hanches en sens anti-horaire, 1/8 tour à G en finissant le mouvement sur PG (04:30)
- 7-8 PD devant avec rotation avant des hanches en sens anti-horaire, 1/8 tour à G en finissant le mouvement sur PG (03:00)

Restart ici sur le 1er mur (06:00) Attention : sur le 1er mur seulement, effectuer les 4 Hips Rolls sur un 1/2 tour avant de reprendre la danse face au mur du fond !

(33 à 40) CROSS SAMBA 4X

- 1&2 PD croisé devant PG, PG à G avec PdC, retour PdC sur PD
- 3&4 PG croisé devant PD, PD à D avec PdC, retour PdC sur PG
- 5&6 PD croisé devant PG, PG à G avec PdC, retour PdC sur PD
- 7&8 PG croisé devant PD, PD à D avec PdC, retour PdC sur PG

(41 à 48) ROCKING CHAIR, ROCK & SIDE (2X)

- 1& Cross/Rock Step avant PD (Rock avant PD croisé devant PG avec PdC, retour PdC sur PG)
- 2& Rock Step latéral à D (Rock PD à D avec PdC, retour PdC sur PG)
- 3&4 Cross/Rock Step avant PD (Rock avant PD croisé devant PG avec PdC, retour PdC sur PG), PD à D
- 5& Cross/Rock Step avant PG (Rock PG croisé devant PD avec PdC, retour Pdc sur PD)
- 6& Rock Step latéral à G (Rock PG à G avec PdC, retour PdC sur PD)
- 7&8 Cross/Rock Step avant PG (Rock PG croisé devant PD avec PdC, retour Pdc sur PD), PG à G

(49 à 56) STEP FORWARD, LOCK BEHIND, UNWIND FULL TURN LEFT, JAZZ BOX ¼ TURN RIGHT, CROSS OVER

- &1-4 PD devant, Lock PG croisé derrière PD, Unwind Full Turn à G (sur 3 temps) en finissant PdC sur PG (03:00)
- 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) (06:00)

(57 à 64) BIG STEP RIGHT, DRAG, SAILOR STEP, SIDE TOUCH, TOGETHER, SIDE TOUCH, TOGETHER

- 1-2 Grand pas PD à D, Drag PG jusqu'au PD
- 3&4 Sailor Step PG (plante PG croisée derrière PD, plante PD à D, PD légèrement à G)
- 5-8 Touch pointe PD à D, PD à côté PG, Touch pointe PG à G, PG à côté PD

Tag ici fin du 6ème mur (12:00)

RESTART après le 32ème temps du 1er mur (06:00), après les 4 Hips Rolls sur un 1/2 tour (au lieu d'un 3/4 de tour), reprendre la danse face au mur du fond

TAG fin du 6ème mur (12:00)

(1 à 8) LUNGE RIGHT (ARM MOVEMENT), STEP TOGETHER (ARM MOVEMENT), TOUCH & TOGETHER 2X

- 1-2 Lunge PD à D (PdC sur jambe D légèrement fléchie, tendre la jambe G à G) avec ondulation de la main G devant le visage comme si vous aviez trop chaud, pause en continuant les ondulations de la main G devant le visage
- 3-4 PD à côté PG avec PdC sur PG et les mains autour du corps comme si vous aviez froid, pause
- 5-8 Touch avant pointe PD, PD à côté PG, Touch avant pointe PG, PG à côté PD

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

Source : <http://www.danieltrepap.com>

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

Fiche modifiée le 12/08/2014