

My Friend Jack



Chorégraphe : Adrian Helliker (FRA - 2013)

Niveau : Débutant

Description : danse en ligne, 32 temps, 4 murs

Musique : "My Friend Jack (Daniels)" (112 bpm) par Dave Sheriff (CD : My Friend Jack (Daniels))

Démarrage : après intro de 16 temps

(1 à 8) HEEL, HOOK, RIGHT STEP LOCKS X2

1-2 Touch avant talon PD, Hook PD devant tibia G

3&4 Step Lock Step avant PD (PD devant, Lock PG croisé derrière PD, PD devant)

5-6 Touch avant talon PG, Hook PG devant tibia D

7&8 Step Lock Step avant PG (PG devant, Lock PD croisé derrière PG, PG devant)

(9 à 16) SCISSOR STEP RIGHT, SCISSOR STEP LEFT, SIDE TOGETHER RIGHT, RIGHT CHASSE

1&2 Scissor syncopé avant PD (PD à D, PG à côté PD, PD croisé devant PG avec PdC)

3&4 Scissor syncopé avant PG (PG à G, PD à côté PG, PG croisé devant PD avec PdC)

5-6 PD à D, PG à côté PD

7&8 Triple Step avant PD (PD devant, PG à côté PD, PD devant)

(17 à 24) ROCK FORWARD, RECOVER, ¼ LEFT CHASSE, WALKS FORWARD WITH BUMPS X2

1-2 Rock Step avant PG (Rock avant PG avec PdC, retour PdC sur PD)

3&4 Triple Step latéral ¼ tour à G (1/4 tour à G avec PG à G, PD à côté PG, PG à G) (09:00)

5&6 PD devant avec Bump des hanches avant, Bump arrière, Bump avant

7&8 PG devant avec Bump des hanches avant, Bump arrière, Bump avant

(25 à 32) SHUFFLE FORWARD RIGHT, ROCK & RECOVER, SHUFFLE LEFT BACK, ROCK & RECOVER

1&2 Triple Step avant PD (D, G, D)

3-4 Rock Step avant PG

5&6 Triple Step arrière PG (PG derrière, PD à côté PG, PG derrière)

7-8 Rock Step arrière PD

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

Sources : <http://www.davesherriff.co.uk> - Notre vidéo "My Friend Jack" (oct. 2013), initiation d'Adrian Helliker à Châteauneuf-du-Faou (29)

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

Fiche modifiée le 06/11/2013