

One More Night



Chorégraphes : Steffie Robert & Virgile Porcher (FRA - 2013)

Niveau : Novice

Description : danse en ligne, 32 temps, 4 murs

Musique : "One More Night" par Maroon 5 (CD : One More Night - Overexposed (Explicit))

Démarrage : après intro de 16 temps

(1 à 8) STEP, STEP, ROCK, BACK STEP, STEP, STEP, COASTER STEP

1-2 PD devant, PG devant

3&4 Rock Step avant PD (Rock avant PD avec PdC, retour PdC sur PG), PD derrière

5-6 PG derrière, PD derrière

7&8 Coaster Step PG (PG derrière, plante PD à côté PG, PG légèrement devant)

(9 à 16) TRIPLE STEP, STEP 1/2 TURN, STEP, KICK, 1/4 TURN R & TOUCH, 1/4 TURN L & STEP

1&2 Triple Step avant PD (PD devant, PG à côté PD, PD devant)

3-4-5 Step Turn 1/2 tour à D (PG devant, 1/2 tour à D avec PdC sur PD), PG devant

6&7 Kick avant PD, 1/4 tour à D avec PD à D, Touch pointe PG à G

8 1/4 tour à G avec PG à côté PD

(17 à 24) ROCK STEP, BACK TOUCH, OUT OUT, HEEL BOUNCE, SAILOR STEP D, 1/4 TURN L. SAILOR STEP

1&2 Rock Step avant PD (Rock avant PD avec PdC, retour PdC sur PG), Touch arrière pointe PD

&3&4 PD à D "Out", PG à G "Out", Heel Bounce sur place des deux pieds (lever/baisser les talons sur place)

5&6 Sailor Step PD (PD croisé derrière PG, plante PG à côté PD, PD légèrement devant)

7&8 Sailor Step PG 1/4 tour à G (1/4 tour à G avec PG croisé derrière PD, plante PD à côté PG, PG légèrement devant)

(25 à 32) POINT SWITCHES, HEEL SWITCHES, STEP, 1/2 TURN LEFT

1&2& Touch pointe PD à D, PD à côté PG, Touch pointe PG à G, PG à côté PD

3&4& Touch avant talon PD, PD à côté PG, Touch avant talon PG, PG à côté PD

5-8 PD devant, 1/2 tour à G avec 3 Heel Bounces sur 3 temps (en levant les talons sur chaque temps)

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

Sources : Steffie Robert - Notre vidéo "One more Night", initiation des chorégraphes au festival "West Country" à Bain-de-Bretagne (35) (août 2013)

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

Fiche modifiée le 25/09/2013