

Rolling In The Deep



Chorégraphe : Marie-Aimé Le Barillec (FRA - 2011)

Niveau : Novice

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

Musique : "Rolling In The Deep" (105 bpm) par Adele (CD : Rolling In The Deep)

Démarrage : après une intro de 8 temps (6 sec.)

(1 à 8) FORWARD SHUFFLE, FORWARD SHUFFLE, OUT, OUT, IN, IN

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

3&4 Triple Step avant PG dans diagonale G (G, D, G)

5-6 PD devant dans diagonale D, PG devant dans diagonale G

7-8 PD derrière, PG à côté PD

(9 à 16) RIGHT ROCKING CHAIR FORWARD AND BACK, STEP ¼ TURN, STEP ¼ TURN

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

3-4 Rock Step arrière PD

5-6 Step Turn 1/4 tour à G (PD devant, 1/4 tour à G avec PdC sur PG) (09:00)

7-8 Step Turn 1/4 tour à G (06:00)

(17 à 24) TOE STRUT & BUMP FORWARD, TOE STRUT & BUMP FORWARD, SAILOR STEP, BEHIND SIDE CROSS

1-2 Toe Strut avant PD avec Bump (Touch avant pointe PD avec Bump avant, pose talon PD avec PdC sur PD)

3-4 Toe Strut avant PG avec Bump

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

7-8 PG croisé derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD

(25 à 32) SIDE ROCK STEP, BEHIND SIDE CROSS, ROCK STEP FORWARD, COASTER STEP BACK

1-2 Rock Step latéral à D (Rock PD à D avec PdC, retour PdC sur PG)

3&4 PD croisé derrière PG, PG à G, PD croisé devant PG (PdC sur PD)

5-6 Rock Step avant PG

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

Option pour les temps 7&8 en réalisant un Full Turn à G (G, D, G) (PdC sur PG - 06:00)

ENDING

après le 12ème mur (12:00), terminer la danse avec un Touch avant PD avec Bump avant, puis pose talon PD (PdC sur PG)