

This Is Us

Chorégraphe : Gaye Teather
Source : ACWDB/DCWDA
Type de danse : Danse en ligne, 4 murs
Niveau : Novice
Comptes : 64
BPM : 172
Musique : "This Is Us" par Emmylou & Mark Knopfler



TOE TOUCHES FORWARD & BACK, TOUCH OUT, TOUCH IN

1 PD pointer devant
2 PD rejoindre
3 PG pointer derrière
4 PG rejoindre

5 PD pointer devant
6 PD rejoindre
7 PG pointer à gauche
8 PG pointer à côté du PD

VINE ¼ TURN LEFT, BRUSH, JAZZ BOX, HOLD

9 PG pas à côté
10 PD croiser derrière
11 ¼ tour à gauche, PG pas en avant
12 PD brush

13 PD croiser devant PG
14 PG pas en arrière
15 PD pas à droite
16 pause

CROSS ROCK, SIDE, HOLD, CROSS ROCK, ¼ TURN RIGHT, HOLD

17 PG rock croisé devant PD
18 PD remettre poids
19 PG pas à gauche
20 pause

21 PD rock croisé devant PG
22 PG remettre poids
23 ¼ tour à droite, PD pas en avant
24 pause

STEP, ¼ TURN RIGHT, CROSS, HOLD, TRIPLE ¾ TURN LEFT, HOLD

25 PG pas en avant
26 ¼ tour à droite, PD pas à côté
27 PG croisé devant PD
28 pause

29 ¼ tour à gauche, PD pas en arrière
30 ½ tour à gauche, PG pas en avant
31 PD pas en avant
32 pause

LEFT LOCKSTEP, BRUSH, RIGHT LOCKSTEP, BRUSH

33 PG pas en avant
34 PD lock derrière
35 PG pas en avant
36 PD brush

37 PD pas en avant
38 PG lock derrière
39 PD pas en avant
40 PG brush

MAMBO FORWARD, HOLD, MAMBO BACK, HOLD

41 PG rock en avant
42 PD remettre poids
43 PG rejoindre
44 pause

45 PD rock en arrière
46 PG remettre poids
47 PD rejoindre
48 pause

RUMBA BOX

49 PG pas à gauche
50 PD rejoindre
51 PG pas en avant
52 pause

53 PD pas à droite
54 PG rejoindre
55 PD pas en arrière
56 pause

BACK LEFT, HOLD & CLAP, BACK RIGHT, HOLD & CLAP, SAILOR ¼ TURN LEFT, HOLD

57 PG pas en arrière
58 clap
59 PD pas en arrière
60 clap

61 ¼ tour à gauche, PG croisé derrière PD
62 PD pas à droite
63 PG pas à gauche
64 pause