



Ease up

Description : 24 temps 2 murs

Chorégraphe : Suzanne Borgstrom

Musique : Mary Lou by Rednex

Niveau : Débutant

Cette danse débute face à face sur deux lignes.

Quand la première diagonale est finie (10^{ème} compte), tout le monde est sur la même ligne (les danseurs sont intercalés, les uns regardent dans une direction et les autres dans l'autre direction).

Quand la deuxième diagonale est finie (12^{ème} compte), les deux lignes sont dos à dos.

Quand le mur est fini, les danseurs ont échangés leur place avec leur vis-à-vis du départ

RIGHT TOUCH - LEFT TOUCH - KICK RIGHT TWICE - STOMP TWICE

1 - 2 TOUCH pointe PD à droite - ramener PD à côté du PG

3 - 4 TOUCH pointe PG à gauche - ramener PG à côté du PD

5 - 6 Tendre la jambe droite deux fois vers l'avant, en diagonale, vers la droite

7 - 8 STOMP PD, puis STOMP PG

FORWARD STEPS DIAGONALLY - VINE RIGHT - STOMPS

1 - 2 Pas à D, en diagonale, STOMP PG en ramenant PG à côté du PD clap

3 - 4 Pas à G, en diagonale, STOMP PD en ramenant PD à côté du PG clap

5 - 6 Pas à D, ramener PG croisé derrière à côté du PD

7 - 8 Pas à D, STOMP UP PG en ramenant PG à côté PD

VINE LEFT - STEP TURN - STOMPS

1 - 2 Pas à gauche, ramener PD croisé derrière PG

3 - 4 Pas à gauche, STOMP UP PD en ramenant PD à côté PG

5 - 6 Pas en avant PD - 1/2 tour à gauche

7 - 8 PD devant, STOMP PG en ramenant PG à côté du PD

Recommencer avec le sourire !!!

Association COUNTRY DANCING

Cours de danse country et Line dance

Tel : 06 15 34 83 74

Mail : clarisse.fougeray.14@gmail.com