

The One

Description : 32 temps, 4 murs, 2 tags/restarts et 1 restart
Chorégraphe: Marie Claude Gil (Fr) Mai 2023
Musique: The good ones by Gabby Barret
Niveau : Novice
Intro : 16 comptes

SECTION 1: RIGHT MAMBO, LEFT MAMBO, FORWARD MAMBO, COASTER STEP
1&2 Rock Mambo PD coté, Revenir PdC PG, Poser PD à côté du PG, Pdc PD
3&4 Rock Mambo PG coté, Revenir PdC PD, Poser PG à côté du PD, Pdc PG
5&6 Rock Mambo PD devant, Revenir PdC PG, Poser PD à côté du PG, Pdc PD
7&8 PG derrière, Reculer PD, Avancer PG, Pdc PG
ICI RESTART: Mur 6 qui commence à 9h , restart à 9h

SECTION 2: RIGHT STEP LOCK FORWARD, LEFT STEP LOCK FORWARD, STEP ½ TURN, TRIPLE ½ TURN
1&2 PD devant, Lock PG derrière PD, Avancer PD
3&4 PG devant, Lock PD derrière PG, Avancer PG
5-6 PD devant, ½ Tour à gauche 6h
ICI TAG + RESTART:
MUR 2 qui commence à 3h, remplacer la section 7&8 par Kick Ball Change et restart à 9h
MUR 4 qui commence à 12h, remplacer la section 7&8 par Kick Ball Change et restart à 6h
7&8 ½ Tour à gauche en Pas Chassés, Pdc PD 12h

SECTION 3: LEFT SWEEP, RIGHT SWEEP, LEFT SWEEP, BEHIND SIDE CROSS, ¼ TURN TRIPLE STEP, STEP ½ TURN STEP
1&2& Rondé PG vers arrière, Poser PG derrière, Rondé PD vers l'arrière, poser PD derrière
3&4& Rondé PG vers l'arrière, Poser PG derrière, PD à droite, Croiser PG devant PD
5&6 ¼ Tour à droite Pas Chassés PD 3h
7&8 PG devant, ½ Tour à droite, PG devant 9h

SECTION 4: RIGHT AND LEFT VAUDEVILLE, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK ½ TURN STEP
1&2& Croiser PD devant PG, Poser PG à coté PD, Talon PD diagonale à droite, PD derrière
3&4& Croiser PG devant PD, Poser PD à coté PG, Talon PG diagonale à gauche, PG derrière
5&6 Croiser le PD devant le PG, PG à gauche, croiser le PD devant le PG
7&8 Rock PG coté, ½ Tour à gauche Poser PG à gauche 3h

Recommencer avec le sourire !!!

Pdc : poids du corps
PD : pied droit
PG : pied gauche

Association COUNTRY DANCING
Cours de danse Country et Line dance
Tel : 06 15 34 83 74
Mail : clarisse.fougeray.14@gmail.com