

The Long Way Home (Fr)



Count: 32 Wall: 4 Level: débutant

Choreographer: Marie Sørensen "Sunshine Cowgirl" – Ribe, DANEMARK / Mai 2015

Music: The Long Way Home - John Derek RYAN - BPM 196

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 5 / 2015

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 16 temps

SIDE, ROCK, CROSS, HOLD, SIDE, ROCK, CROSS, HOLD

- 1 - 4 ROCK STEP latéral D côté D , revenir sur PG côté G - CROSS PD devant PG -
HOLD
- 5 - 8 ROCK STEP latéral G côté G , revenir sur PD côté D - CROSS PG devant PD -
HOLD -12 : 00 -

CHASSE RIGHT, ROCK, RECOVER, CHASSE LEFT, ROCK, RECOVER

- 1&2 TRIPLE D latéral : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD côté D] LINDY D
- 3 4 ROCK STEP G arrière , revenir sur PD avant]
- 5&6 TRIPLE G latéral : pas PG côté G - pas PD à côté du PG - pas PG côté G] LINDY G
- 7 8 ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant - 12 : 00 -]

RESTART : ici, sur le 4ème mur, après 16 temps - 3 : 00 - , et reprendre la Danse au début

SIDE, BEHIND, 1/4 TURN SHUFFLE, STEP ½ TURN, WALK, WALK

- 1 2 VINE à D : pas PD côté D - CROSS PG derrière PD (2 temps de VINE à D)
- 3&4 1/4 de tour D . . . SHUFFLE D avant : pas PD avant - pas PG à côté du PD - pas PD
avant - 3 : 00 –
- 5 6 pas PG avant - 1/2 tour PIVOT vers D (appui PD)
- 7 8 2 pas avant : pas PG avant - pas PD avant - 9 : 00 -

STEP, KICK, TOGETHER, KICK, WALK BACK LEFT, RIGHT, LEFT, TOUCH

- 1 2 pas PG avant - KICK PD avant
- 3 4 pas PD à côté du PG - KICK PG avant
- 5 6 7 3 pas arrière : pas PG arrière - pas PD arrière - pas PG arrière
- 8 TAP PD à côté du PG - 9 : 00 -