

CHECK OUT

Chorégraphe : Pol F. Ryan (Janvier 2024)

Description : Easy Intermediate, 64 Count, 2 Wall

Musique : On My Own Again (Morgan Evans) (91 Bpm)

CD : Life Upside Down EP (2023)

SECT 1 : (R) STEP FWD, HOLD, (L) STEP FWD, HOLD, (R) ROCK FWD, (R) STEP BACK, HOLD

- 1-2 Avancer pied droit, pause
- 3-4 Avancer pied gauche, pause
- 5-6 Avancer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
- 7-8 Reculer pied droit, pause

SECT 2 : ½ TURN L & (L) TOE STRUT FWD, ½ TURN L & (R) TOE STRUT BACK, (L) COASTER STEP, HOLD

- 1-2 En pivotant ½ tour à gauche avancer pointe pied gauche, reposer talon gauche (6 :00)
- 3-4 En pivotant ½ tour à gauche reculer pointe pied droit, reposer talon droit (12 :00)
- 5-6 Reculer pied gauche, assembler pied droit
- 7-8 Avancer pied gauche, pause

SECT 3 : (R) TOE STRUT CROSS OVER L, (L) TOE STRUT SIDE, ¼ TURN R & (R) TOE STRUT SIDE, (L) TOE STRUT FWD

- 1-2 Croiser pointe pied droit devant pied gauche, reposer talon droit
- 3-4 Ecart pointe pied gauche, reposer talon gauche
- 5-6 En pivotant ¼ de tour à droite écart pointe pied droit, reposer talon droit (3 :00)
- 7-8 Avancer (*légèrement*) pointe pied gauche, reposer talon gauche

SECT 4 : ¼ TURN R & (R) JAZZ BOX, ½ TURN R & (R) JAZZ BOX Ending (L) SCUFF

- 1-2 Croiser pied droit devant pied gauche, reculer pied gauche
- 3-4 En pivotant ¼ de tour à droite écart pied droit, avancer pied gauche (6 :00)
- 5-6 Croiser pied droit devant pied gauche, en pivotant ¼ de tour à droite reculer pied gauche (9 :00)
- 7-8 En pivotant ¼ de tour à droite avancer pied droit, petit coup de talon gauche à côté du pied droit (12 :00)

Restart : aux 6^{ème} et 7^{ème} murs

Final : au 9^{ème} mur

SECT 5 : (L) STEP LOCK STEP, HOLD, (R) STEP FWD, PIVOT ½ TURN L, (R) STEP FWD, HOLD

- 1-2 Avancer pied gauche, avancer pied droit croisé derrière pied gauche
- 3-4 Avancer pied gauche, pause
- 5-6 Avancer pied droit, pivoter ½ tour à gauche (*poids du corps finit sur pied gauche*) (6 :00)
- 7-8 Avancer pied droit, pause

SECT 6 : (L) STEP FWD, PIVOT ½ TURN R, (L) STEP FWD, HOLD, (R) STOMP UP, (R) POINT SIDE, (R) STEP FWD, (L) POINT SIDE, (L) STEP FWD

- 1-2 Avancer pied gauche, pivoter ½ tour à droite (*poids du corps finit sur pied droit*) (12 :00)
- 3-4 Avancer pied gauche, frapper pied droit (*sans le poser*) à côté du pied gauche
- 5-6 Toucher pointe pied droit côté droit, avancer pied droit
- 7-8 Toucher pointe pied gauche côté gauche, avancer pied gauche

SECT 7 : (R) KICK FWD, (R) STEP BACK, (L) KICK FWD, (L) STEP BACK, (R) KICK FWD, (R) STEP BACK, (L) KICK FWD, (L) STOMP FWD

- 1-2 Petit coup de pied droit vers l'avant, reculer pied droit
- 3-4 Petit coup de pied gauche vers l'avant, reculer pied gauche
- 5-6 Petit coup de pied droit vers l'avant, reculer pied droit
- 7-8 Petit coup de pied gauche vers l'avant, frapper pied gauche vers l'avant

Restart & Tag : aux 3^{ème} et 8^{ème} murs

Restart : au 5^{ème} mur

SECT 8 : (L) HEEL FAN, ½ TURN L & (R) TOE STRUT BACK, (L) COASTER STEP, HOLD

- 1-2 Pivoter talon gauche à gauche, retour talon au centre
- 3-4 En pivotant ½ tour à gauche reculer pointe pied droit, reposer talon droit (6 :00)
- 5-6 Reculer pied gauche, assembler pied droit
- 7-8 Avancer pied gauche, pause

REPEAT

RESTART & TAG

Aux 3^{ème} et 8^{ème} murs après la 7^{ème} section, ajouter les pas suivants :

SECT 1 : ½ TURN L & (R) TOE STRUT BACK, ½ TURN L & (L) TOE STRUT FWD, (R) STEP FWD, PIVOT ½ TURN L, (R) STEP FWD, HOLD

- 1-2 En pivotant ½ tour à gauche reculer pointe pied droit, reposer talon droit
- 3-4 En pivotant ½ tour à gauche avancer pointe pied gauche, reposer talon gauche
- 5-6 Avancer pied droit, pivoter ½ tour à gauche (*poids du corps finit sur pied gauche*)
- 7-8 Avancer pied droit, pause

SECT 2 : (L) STEP LOCK STEP, HOLD, (R) ROCKING CHAIR

- 1-2 Avancer pied gauche, avancer pied droit croisé derrière pied gauche
- 3-4 Avancer pied gauche, pause
- 5-6 Avancer pied droit (*Rock*), retour poids du corps sur pied gauche
- 7-8 Reculer pied droit (*Rock*), retour poids du corps sur pied gauche

RESTART

Au 5^{ème} mur, après la 7^{ème} section

Aux 6^{ème} et 7^{ème} murs, après la 4^{ème} section

FINAL

Au 9^{ème} mur après la 4^{ème} section en remplaçant le dernier compte par :

- 8 Décrire un ½ cercle avec le pied gauche devant pied droit
- Puis Croiser pied gauche devant pied droit en déroulant ½ tour à droite