

ALPHA & OMEGA

Chorégraphe : Jaime Macias (Avril 2020)

Description : Beginner – 64 Counts – 4 Wall

Musique : Down On Your Uppers (Derek Ryan) (172 Bpm)

CD : The Fire (2017)

SECT 1 : TRIPLE STEP, STEP STOMP COMBINAISON X3

- 1-2 (diagonale droite) Avancer pied droit, assembler pied gauche
- 3-4 (diagonale droite) Avancer pied droit, frapper pied gauche à côté du pied droit
- 5-6 Reculer pied gauche diagonale gauche, frapper pied droit à côté du pied gauche
- 7-8 Reculer pied droit diagonale droite, frapper pied gauche à côté du pied droit

SECT 2 : HEEL TOUCH, ½ TURN L TOE STRUT X2, STOMP R, HOLD

- 1-2 Avancer talon gauche, reposer pointe pied gauche sur place
- 3-4 En pivotant ½ tour à gauche reculer pointe pied droit, reposer talon droit sur place (6 :00)
- 5-6 En pivotant ½ tour à gauche avancer pointe pied gauche, reposer talon gauche sur place (12 :00)
- 7-8 ★ Frapper pied droit à côté du pied gauche, pause

SECT 3 : SLOW KICK BALL CROSS, HOLD, SIDE ROCK STEP R, STOMP R, HOLD

- 1-2 ★ Petit coup de pied droit vers l'avant, assembler pied droit
- 3-4 Croiser pied gauche devant pied droit, pause
- 5-6 Ecart pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
- 7-8 Frapper pied droit à côté du pied gauche, pause

SECT 4 : SAILOR ¼ TURN L, HEEL TOUCH L, TRIPLE STEP R, HOLD

- 1-2 En pivotant ¼ de tour à gauche croiser pied gauche derrière pied droit, écart pied droit (9 :00)
- 3-4 Avancer talon gauche, reposer pointe pied gauche sur place
- 5-6 Avancer pied droit, assembler pied gauche
- 7-8 Avancer pied droit, pause

Tag & Restart : au 4^{ème} mur

SECT 5 : PIVOT ½ TURN R, HEEL STRUT X3

- 1-2 Avancer pied gauche, pivoter ½ tour à droite (poids du corps finit sur pied droit) (3 :00)
- 3-4 Avancer talon gauche, reposer pointe pied gauche sur place
- 5-6 Avancer talon droit, reposer pointe pied droit sur place
- 7-8 Avancer talon gauche, reposer pointe pied gauche sur place

SECT 6 : ROCKING CHAIR X2

- 1-2 Avancer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
- 3-4 Reculer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
- 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

SECT 7 : VINE RIGHT, ROLLING VINE L, SCUFF R

- 1-2 Ecart pied droit, croiser pied gauche derrière pied droit
- 3-4 Ecart pied droit, toucher pointe pied gauche à gauche
- 5-6 En pivotant ¼ de tour à gauche avancer pied gauche (12 :00), en pivotant ½ tour à gauche reculer pied droit (6 :00)
- 7-8 En pivotant ¼ de tour à gauche écart pied gauche, petit coup de talon droit à côté du pied droit (3 :00)

SECT 8 : VAUDEVILLE L, TOE TOUCH L FWD, CROSS BACK TOE TOUCH R, SCUFF R

1-2 Croiser pied droit devant pied gauche, reculer légèrement pied gauche

3-4 Toucher talon droit devant diagonale droite, assembler pied droit

5-6 Toucher talon gauche devant, assembler pied gauche

Restart : aux 2^{ème} et 5^{ème} murs

7-8 Toucher pointe pied droit derrière pied gauche, petit coup de talon droit à côté du pied gauche

REPEAT

TAG & RESTART

Au 4^{ème} mur après la 4^{ème} section ajouter les pas suivants, puis reprendre la danse au début :

HEEL TOUCH

1-2 Avancer talon gauche, reposer pointe pied gauche sur place

RESTART

Aux 2^{ème} et 5^{ème} murs après le 6^{ème} compte de la 8^{ème} section (62 comptes)

