

## DAY ONE

---

Chorégraphe : Montse Moscardo (Novembre 2020)

Description : Intermédiaire – 64 comptes – 2 murs

Musique : One Day (Triston Marez) (174 Bpm)

CD : One Day (2020)

---

### **SEQUENCE :**

**INTRO – 64 – 64 – TAG 1 – 40 – 64 – TAG 2 – 64 – 64 – TAG 2 – HOLD X4 – 32 - FINAL**

### **SECT 1 : ROCK SIDE (R), ROCK CROSS FWD, ROCK SIDE, CROSS, HOLD**

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

### **SECT 2 : [STEPS BACK With FEET APART – CROSS] X 2 – ROCK FWD (L)**

- 1-2 Reculer pied gauche (*écart pied gauche*), reculer pied droit (*écart pied droit*)
- 3-4 Croiser pied gauche devant pied droit, reculer pied droit (*écart pied droit*)
- 5-6 Reculer pied gauche (*écart pied gauche*), reculer pied droit (*écart pied droit*)
- 7-8 Avancer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit

### **SECT 3 : ½ TURN L and ROCK FWD (L), SCUFF (R), STEP FWD, TOE CROSS BACK (L), STEP BACK, CLOSE**

- 1-2 En pivotant ½ tour à gauche avancer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit (6 :00)
- 3-4 En pivotant ½ tour à gauche avancer pied gauche, petit coup de talon droit à côté du pied gauche (12 :00)
- 5-6 Avancer pied droit, toucher pointe pied gauche derrière pied droit
- 7-8 Reculer pied gauche, assembler pied droit

### **SECT 4 : POINT SIDE (R), TOUCH, POINT SIDE, HOLD, SLOW COASTER ¼ TURN R, TOE CROSS BACK (L)**

- 1-2 Toucher pointe pied droit côté droit, toucher pointe pied droit à côté du pied gauche
- 3-4 Toucher pointe pied droit côté droit, pause
- 5-6 En pivotant ¼ de tour à droite reculer pied droit, assembler pied gauche (3 :00)
- 7-8 Avancer pied droit, toucher pointe pied gauche derrière pied droit

**Final : au 7<sup>ème</sup> mur**

### **SECT 5 : JUMPING ROCK BACK (R), ROCK FWD, ¾ TURN L, STOMP (R), HOLD**

- 1-2 (*en sautant*) Reculer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit
- 3-4 Avancer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit
- 5-6 Pivoter ¾ de tour à gauche et avancer pied gauche sur les 2 comptes (6 :00)
- 7-8 Frapper pied droit à côté du pied gauche, pause

**Restart : au 3<sup>ème</sup> mur**

### **SECT 6 : GRAPEVINE R ending CROSS, ROCK SIDE, CROSS, HOLD**

- 1-2 Ecart pied droit, croiser pied gauche derrière pied droit
- 3-4 Ecart pied droit, croiser pied gauche devant pied droit
- 5-6 Ecart pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
- 7-8 Croiser pied droit devant pied gauche, pause

**SECT 7 : SIDE (L), ½ TURN R, STEP FWD (L), TOE CROSS BACK (R), STEP BACK, ½ TURN L, STEP FWD (R)**

- 1-2 Ecart pied gauche, en pivotant ½ tour à droite avancer pied droit (12 :00)
- 3-4 Avancer pied gauche, toucher pointe pied droit derrière pied gauche
- 5-6 Reculer pied droit, en pivotant ½ tour à gauche avancer pied gauche (6 :00)
- 7-8 Avancer pied droit, toucher pointe pied gauche derrière pied droit

**SECT 8 : STEP LOCK STEP BWD (L), HOOK OVER (R), LONG STEP FWD, SLIDE (L), STOMP, HOLD**

- 1-2 Reculer pied gauche, reculer pied droit croisé devant pied gauche
- 3-4 Reculer pied gauche, plier jambe droite devant jambe gauche
- 5-6 Avancer pied droit (*grand pas*), glisser pied gauche en direction du pied droit
- 7-8 Frapper pied gauche à côté du pied droit, pause

**REPEAT**

**TAG 1**

**A la fin du 2<sup>ème</sup> mur ajouter les pas suivants :**

**SECT 1 : GRAPEVINE TO RIGHT, GRAPEVINE TO LEFT ½ TURN L**

- 1-2 Ecart pied droit, croiser pied gauche derrière pied droit
- 3-4 Ecart pied droit, petit coup de talon gauche à côté du pied droit
- 5-6 Ecart pied gauche, croiser pied droit derrière pied gauche
- 7-8 Ecart pied gauche, en pivotant ½ tour à gauche petit coup de talon droit à côté du pied gauche

**SECT 2 : GRAPEVINE (R-L)**

- 1-2 Ecart pied droit, croiser pied gauche derrière pied droit
- 3-4 Ecart pied droit, petit coup de talon gauche sur le sol à côté du pied droit
- 5-6 Ecart pied gauche, croiser pied droit derrière pied gauche
- 7-8 Ecart pied gauche, petit coup de talon droit à côté du pied gauche

**SECT 3 : ROCK FWD (R), STEP BACK, HOLD, ½ TURN L And ROCK FWD, ½ TURN L, HOLD**

- 1-2 Avancer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
- 3-4 Reculer pied droit, pause
- 5-6 En pivotant ½ tour à gauche avancer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit
- 7-8 En pivotant ½ tour à gauche avancer pied gauche, pause

**TAG 2**

**A la fin du 4<sup>ème</sup> mur ajouter les 2 premières sections du TAG 1**

**A la fin du 6<sup>ème</sup> mur ajouter les 2 premières sections du TAG 1 + 4 HOLD**

**FINAL**

**Au 7<sup>ème</sup> mur, après la 4<sup>ème</sup> section ajouter les pas suivants :**

**LONG STEP BACK (L), SLIDE and SALUTE**

- 1-2 Reculer pied gauche (grand pas), glisser pied droit en direction du pied gauche (en saluant)