

BRUISES

Chorégraphe : Niels B. Poulsen

Description : 32 comptes, 4 murs, danse en ligne, Intermédiaire

Musique : Bruises (Train Feat Ashley Monroe)

Album : California 37 (2012)

SEQUENCE 1 : ROCK FORWARD RIGHT, RECOVER, RIGHT FULL TRIPLE CROSS, SIDE LEFT, BEHIND SIDE CROSS, QUICK LEFT SIDE ROCK

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

3&4 En effectuant un tour complet sur place, avancer pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, avancer pied droit croisé devant pied gauche

Option 3&4 : Reculer pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, croiser pied droit devant pied gauche

5 Ecart pied gauche

6&7 Croiser pied droit derrière pied gauche, écart pied gauche, croiser pied droit devant pied gauche

8 Ecart pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit

SEQUENCE 2 : CROSS, ¼ LEFT, SHUFFLE ½ LEFT, STEP ½ LEFT, WALK RIGHT LEFT

1-2 Croiser pied gauche devant pied droit, en pivotant ¼ de tour à gauche reculer pied droit (9 :00)

3&4 En pivotant ½ tour à gauche, avancer pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche, avancer pied gauche (3 :00)

5-6 Avancer pied droit, pivoter ½ tour à gauche (poids du corps finit sur pied gauche) (9 :00)

7-8 Avancer pied droit, avancer pied gauche

Option 7-8 : En pivotant ½ tour à gauche (sur le pied gauche) reculer droit (3 :00), en pivotant ½ tour à gauche (sur le pied droit) avancer pied gauche (9 :00)

Restart : au 4^{ème} et 8^{ème} mur

SEQUENCE 3 : RIGHT & LEFT HEEL SWITCHES, ROCK RIGHT FORWARD, RIGHT BACK LOCK STEP, ¼ LEFT INTO LEFT CHASSE

1&2& Toucher talon droit devant, avancer légèrement pied droit, toucher talon gauche devant, avancer légèrement pied gauche

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

5&6 Reculer pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, reculer pied droit

7&8 En pivotant ¼ de tour à gauche écart pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche, écart pied gauche (6 :00)

SEQUENCE 4 : RIGHT HEEL TOUCH, GRIND ¼ RIGHT BACK, RIGHT COASTER STEP, LEFT SHUFFLE FORWARD, RIGHT KICK BALL STEP

1-2 Toucher talon droit devant (pointe pied gauche tournée vers l'intérieur), en pivotant sur le talon droit ¼ de tour à droite (en pivotant pointe pied droit sur la droite) reculer pied gauche (9 :00)

3&4 Reculer pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, avancer pied droit

5&6 Avancer pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche, avancer pied gauche

Restart : au 9^{ème} mur

7&8 Petit coup de pied droit vers l'avant, assembler pied droit à côté du pied gauche en soulevant légèrement le pied gauche du sol, avancer pied gauche

REPEAT

Après le 2^{ème} et le 6^{ème} mur ajouter le tag suivant :

TAG

- 1-2 Avancer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
- 3&4 En pivotant ½ tour à droite, avancer pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, avancer pied droit (12 :00)
- 5-6 Avancer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit
- 7&8 En pivotant ½ tour à gauche, avancer pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche, avancer pied gauche (6 :00)

RESTART

Au 4^{ème} et au 8^{ème} mur : après le 16^{ème} compte reprendre la danse depuis le début

Au 9^{ème} mur : après le 30^{ème} compte reprendre la danse depuis le début

