

Musique
Chorégraphie
Type
Niveau

My Hearts Broken Down (Dean Miller)
Rob Fowler (avril 2012)
4 murs – 100 temps – 1 restart avec 1 Tag
Intermédiaire

Intro : 16 temps

Toe In, Kick, Cross, Toe In, Kick, Cross, Hop, Hop

1-2-3 Pointe D à l'intérieur du PG, kick D devant dans la diagonale, PD croisé devant PG
4-5-6 Pointe G à l'intérieur du PD, kick G devant dans la diagonale, PG croisé devant PD
7-8 Sur le PG : hop arrière et tap D derrière le talon G (2x)

Back-Heel-Step-Touch, Back-Heel-Step-Brush, Step $\frac{1}{4}$ Turn, Stomp, Stomp (2x)

&1&2 PD derrière, talon G devant dans la diagonale, poser PG, touche PD à côté du PG
&3&4 PD derrière, talon G devant dans la diagonale, poser PG, brush G
5-6 PD devant, $\frac{1}{4}$ de tour à gauche et transfert sur PG
7-8 Stomp D, Stomp G

Side Toe Strut, Cross Toe Strut, Chassé to the Right, Back Rock, Recover

1-2-3-4 Pointe D à droite, poser le talon D, pointe G croisé devant PD, poser talon G
5&6-7-8 Pas chassé (DGD) à droite, rock G derrière, revenir sur PD

Side Toe Strut, Cross Toe Strut, Chassé to the Left, Back Rock, Recover

1-2-3-4 Pointe G à gauche, poser le talon G, pointe D croisé devant PG, poser talon D
5&6-7-8 Pas chassé (GDG) à gauche, rock D derrière, revenir sur PG

Figure of Eight

1-2-3-4 PD à droite, PG derrière PD, $\frac{1}{4}$ de tour à droite et PD devant, PG devant
5-6-7-8 $\frac{1}{2}$ tour droite et transfert sur PD, $\frac{1}{4}$ de tour droite et PG à gauche, PD derrière PG, $\frac{1}{4}$ de tour gauche et PG devant

*TAG au 4ème mur (vous êtes de face)

Right Shuffle forward, Left Rock forward, Recover, 1 $\frac{1}{2}$ Turn left, Brush Right

1&2 Pas chassé (DGD) en avant
3-4 Rock G devant, revenir sur PD
5-6-7 $\frac{1}{2}$ tour à gauche et PG devant, $\frac{1}{2}$ tour à gauche et PD derrière, $\frac{1}{2}$ tour à gauche et PG devant
8 Brush D devant

*RESTART sur le 3ème mur (vous êtes de dos)

Out-Out-In-In

1-2 PD devant à droite, PG à gauche
3-4 PD au centre, touche PG à côté du PD

Right Kick forward, Step back, Hip forward, Hip back (sit down), Hip up, Hip back, Together, Up-Down

1-2 Kick D devant, PD derrière (en pliant les genoux)
3-4-5-6 Bump devant (tendu), bump derrière (plié), bump devant (tendu), bump derrière
7&8 PD à côté du PG, soulever les talons, poser les talons

Right Side Rock Cross, Hold, Left Side Rock Cross, Hold

1-2-3-4 Rock D à droite, revenir sur PG, PD croisé devant PG, pause
5-6-7-8 Rock G à gauche, revenir sur PD, PG croisé devant PD, pause

Step, $\frac{1}{2}$ turn left, Forward, Hold, Step, $\frac{1}{2}$ turn right, Forward, Hold

1-2-3-4 PD devant, $\frac{1}{2}$ tour à gauche et transfert sur PG, PD devant, pause
5-6-7-8 PG devant, $\frac{1}{2}$ tour à droite et transfert sur PD, PG devant, pause

Right Kick forward, Step back, Hip forward, Hip back (sit down), Hip up, Hip back, Together, Up-Down

1-2 Kick D devant, PD derrière (en pliant les genoux)
3-4-5-6 Bump devant (tendu), bump derrière (plié), bump devant (tendu), bump derrière
7&8 PD à côté du PG, soulever les talons, poser les talons

Grapevine to the right, Touch, Grapevine $\frac{1}{2}$ turn to the left, Brush

1-2-3-4 PD à droite, PG derrière PD, PD à droite, touche PG à côté du PD
5-6-7-8 PG à gauche, PD derrière PG, $\frac{1}{4}$ de tour à gauche et PG devant, $\frac{1}{4}$ de tour à gauche et brush D

Grapevine to the right, Touch, Grapevine $\frac{1}{4}$ turn to the left, Brush

1-2-3-4 PD à droite, PG derrière PD, PD à droite, touche PG à côté du PD
5-6-7-8 PG à gauche, PD derrière PG, $\frac{1}{4}$ de tour à gauche et PG devant, brush D

RESTART & TAG :

Sur le 3ème mur : RESTART à la fin de la section 6 (vous êtes de dos)

Sur le 4ème mur : TAG à la fin de la section 5 (vous êtes de face) :

Single-Double-Single with extra and continue (final) :

Right Kick forward, Step back, Hip forward, Hip back (sit down), Hip up, Hip back, Together, Up-Down

1-2 Kick D devant, PD derrière (en pliant les genoux)
3-4-5-6 Bump devant (tendu), bump derrière (plié), bump devant (tendu), bump derrière
7&8 PD à côté du PG, soulever les talons, poser les talons

Right Side Rock Cross, Hold, Left Side Rock Cross, Hold

1-2-3-4 Rock D à droite, revenir sur PG, PD croisé devant PG, pause
5-6-7-8 Rock G à gauche, revenir sur PD, PG croisé devant PD, pause

Step, $\frac{1}{2}$ turn left, Forward, Hold, Step, $\frac{1}{2}$ turn right, Forward, Hold

1-2-3-4 PD devant, $\frac{1}{2}$ tour à gauche et transfert sur PG, PD devant, pause
5-6-7-8 PG devant, $\frac{1}{2}$ tour à droite et transfert sur PD, PG devant, pause

Right Kick forward, Step back, Hip forward, Hip back (sit down), Hip up, Hip back, Together, Up-Down

1-2 Kick D devant, PD derrière (en pliant les genoux)
3-4-5-6 Bump devant (tendu), bump derrière (plié), bump devant (tendu), bump derrière
7&8 PD à côté du PG, soulever les talons, poser les talons

Right Kick forward, Step back, Hip forward, Hip back (sit down), Hip up, Hip back, Together, Up-Down

- 1-2 Kick D devant, PD derrière (en pliant les genoux)
3-4-5-6 Bump devant (tendu), bump derrière (plié), bump devant (tendu), bump derrière
7&8 PD à côté du PG, soulever les talons, poser les talons

Right Side Rock Cross, Hold, Left Side Rock Cross, Hold

- 1-2-3-4 Rock D à droite, revenir sur PG, PD croisé devant PG, pause
5-6-7-8 Rock G à gauche, revenir sur PD, PG croisé devant PD, pause

Step, $\frac{1}{2}$ turn left, Forward, Hold, Step, $\frac{1}{2}$ turn right, Forward, Hold

- 1-2-3-4 PD devant, $\frac{1}{2}$ tour à gauche et transfert sur PG, PD devant, pause
5-6-7-8 PG devant, $\frac{1}{2}$ tour à droite et transfert sur PD, PG devant, pause

Right Kick forward, Step back, Hip forward, Hip back (sit down) (6x), Together, Hop (3x)

- 1-2-3-4 Kick D devant, PD derrière (en pliant les genoux), bump devant (tendu), bump derrière (plié),
5-6-7-8 Bump devant (tendu), bump derrière (plié), bump devant (tendu), bump derrière (plié)
1-2-3-4 Bump devant (tendu), bump derrière (plié), bump devant (tendu), bump derrière (plié)
5-6 Bump devant (tendu), bump derrière (plié)
1-2-3-4 PD à côté du PG, sauter pieds joints (3x)

Grapevine to the right, Touch, Grapevine $\frac{1}{4}$ turn to the left, Brush

- 1-2-3-4 PD à droite, PG derrière PD, PD à droite, touche PG à côté du PD
5-6-7-8 PG à gauche, PD derrière PG, $\frac{1}{4}$ de tour à gauche et PG devant, brush D

Recommencez... amusez-vous !

e-mail : westerndancecompany@free.fr