

Bruises

Musique Bruises - Train feat - A. Monroe
Chorégraphe Niels Poulsen
Type Ligne, 4 murs - 32 temps (2 step)
Niveau Intermédiaire

Intro : 16 comptes sur le rythme

Restart pendant les murs 4 & 8 - Restart pendant le mur 9

Tag à la fin des murs 2 & 6

ROCK FWD R, RECOVER, R FULL TRIPLE CROSS, SIDE L, BEHIND SIDE CROSS, QUICK L SIDE ROCK

1-2 Rock PD devant - retour sur PG
3&4 Tour complet vers D en triple step, terminer PD croisé devant PG
5 PG à gauche
6&7 Croiser PD derrière PG - PG à G - croiser PD devant PG
&8 Rock side PG à G - retour sur PD

CROSS, 1/4 L, SHUFFLE 1/2 L, STEP 1/2 L, FULL TURN L

1-2 Croiser PG devant PD - 1/4 tour à G, PD derrière
3&4 Shuffle 1/2 tour à G
5-6 PD devant - pivot 1/2 tour à G
7-8 1/2 tour à G, PD derrière - 1/2 tour à G, PG devant

Restart : face à 12:00, pendant les murs 4 & 8

R & L HEEL SWITCHES, ROCK R FWD, R BACK LOCK STEP, 1/4 L INTO L CHASSE

1&2& Toucher talon D devant - ramener PD - toucher talon G devant - ramener PG
Note : progresser un peu vers l'avant en effectuant les "Heel switches"
3-4 Rock PD devant - retour sur PG
5&6 PD derrière - lock PG devant PD - PD derrière
7&8 1/4 tour à G, PG à G - PD près du PG - PG à G

R HEEL TOUCH, GRIND 1/4 R BACK, R COASTER STEP, L SHUFFLE FWD, R KICK BALL STEP

1-2 Poser talon D devant PG - Grind talon D & 1/4 t à D avec PG derrière
3&4 Coaster step, PD derrière - PG près du PD - PD devant
5&6 Shuffle avant G.D.G (Restart face à 9:00, pendant le mur 9)
7&8 Kick PD devant - ball PD près du PG - PG devant

Tag à la fin des murs 2 & 6 face à 6:00

Tag :

Rock R Fw, Shuffle 1/2 R, Rock L Fw, Shuffle 1/2 L

1-2 Rock PD devant, revenir sur PG
3&4 1/2 tour à D en shuffle D.G.D
5-6 Rock PG devant, revenir sur PD
7&8 1/2 tour à G en shuffle G.D.G

Recommencez... amusez-vous !