

YOU'VE BEEN LONELY LONG ENOUGH

Chorégraphe Guylaine Bourdages (Février 2011)
Description Danse en ligne, 2 murs
Niveau Novice
Musique You've Been Lonely Long Enough
Nouvel Album: The Party Ain't Over Yet (John Permenter)



Intro: 8 comptes

BASIC POLKA TURN TO THE RIGHT, TRIPLE STEP FORWARD

1&2 Triple Step avant PD
3&4 Triple Step PG de côté ½ tour à D (terminer PG arrière)
5&6 Triple Step PD de côté ½ Tour à D (terminer PD avant)
7&8 Triple Step PG avant

(1/8 LEFT) ROCK STEP RF FORWARD, TRIPLE ON PLACE (1/2 RIGHT), ROCK STEP LF FORWARD, TRIPLE ON PLACE (7/8 LEFT)

1-2 1/8 de tour à G, Rock Step PD avant
3&4 Triple Step sur place en tournant 1/2 tour à Droite
5-6 Rock Step PG avant
7&8 Triple Step sur place en tournant 7/8 tour à Gauche

HEEL GRIND, HEEL GRIND, & HEEL, & HEEL & HEEL BALLCHANGE (PROGRESSING BACKWARD)

1-2 Heel Grind PD avant (Talon PD avant en tournant la pointe à l'intérieur, PG sur place en tournant la pointe du PD à l'extérieur)
&3-4 PD à côté du PG, Heel Grind PG avant (Talon PG avant en tournant la pointe à l'intérieur, PD sur place en tournant la pointe du PG à l'extérieur)
&5 PG à côté du PD, Talon D avant
&6 PD à côté du PG, Talon G avant
&7&8 PG à côté du PD, Talon D avant Ballchange (PiedD)

TRIPLE FORWARD (RIGHT FOOT), TRIPLE FORWARD (LEFT FOOT), WALK BACK RIGHT, LEFT, OUT OUT IN IN

1&2 Triple Step PD avant
3&4 Triple Step PG avant
5-6 Marche Arrière PD, PG
&7&8 Ouvrir PD à D, PG à G, PD au centre, PG à côté du PD

FREEZE : Avant de recommencer le 8^e mur attendre 2 comptes en frappant 2 fois dans les mains



REPRENDRE AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE !

