



PUSH FOR THE STRIDE

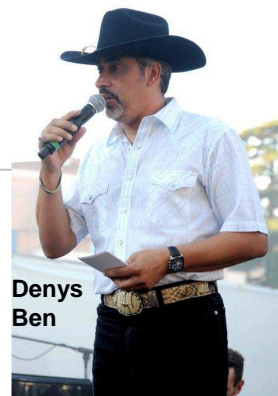
Chorégraphe : Denys BEN (FR) - Août 2014

Danse : 64 comptes – 2 murs - restarts

Music : Push For the stride by Ward Thomas

Niveau : Easy Intermédiaire

Intro: 8 comptes



Denys Ben

SEC 1 Weave right, Rock side right, cross right over left, hold

1-4 Pas du PD à droite, Pas du PG derrière PD, Pas du PD sur le côté droit, Pas du PG croisé devant PD

5-8 Rock du PD sur le côté droit, retour sur le PG, croiser PD devant PG, pause

SEC 2 Weave left, Rock side left, cross left over right, hold

1-4 Pas du PG à gauche, Pas du PD derrière PG, Pas du PG sur le côté gauche, Pas du PD croisé devant PG

5-8 Rock du PG sur le côté gauche, retour sur le PD, croiser PG devant PD (en diagonal droite), pause

1er restart : 4ème MUR ICI

SEC3 Hitch Ball step right diagonal, hold, twice

1-4 Hitch PD en diagonal droite, poser PD à côté du PG, croiser PG devant PD, pause

5-8 répétez les comptes 1 à 4

SEC 4 Rock step right forward, ½ turn right, hold, walk L, walk R, left flick, step back

1-4 Rock PD devant, retour sur PG, ½ tour à droite, pause –

5-8 pas du PG devant, Pas du PD devant, croiser PG derrière PD, pas du PG en arrière

2ème restart : 6ème mur ICI

SEC 5 Rock step right back, right step forward, ¼ turn left, heel cross touch, right step side step, left over right, right point side right

1-4 rock step du PD derrière, retour sur PG, pas du PD devant, ¼ de tour à gauche

5-8 toucher talon PD croisé devant PG, Pas du PD sur le côté droit, croiser PG devant PD, pointe PD sur le côté droit

SEC 6 split heels, split toe, split, heels, hold, right point next to left, left point left side, L next R, hold

1-4 poser PD à côté du PG, pointe PG sur le côté gauche, poser PG à côté du PD, pause

5-8 écarter les talons extérieur, écarter les pointes extérieur, écarter les talons extérieur, pause

SEC 7 split heels, split toes, split heels, split toes, hold, ¼ turn left, R step right side, touch, step L side left, Touch right next left

1-4 ramener les talons intérieur, ramener les pointes intérieur, ramener les talons intérieur, pause

5-6 ¼ de tour à gauche avec PD sur le côté droit, toucher PG à côté du PD

7-8 PG sur le côté gauche, toucher PD à côté du PG

SEC 8 right Monterey turn, large right step, touch left, large left step, touch right

1-4 pointer PD sur le côté droit, ½ tour à droite sur le PG, pointer PG sur côté gauche, rassembler PG à côté PD

5-6 large pas du PD sur le côté droit, toucher PG à côté du PD

7-8 large pas du PG sur le côté gauche, toucher PD à côté du PG

Restarts :

4ème mur – 16 comptes

6ème mur – 32 comptes



Réveille la country qui est en toi !! Avec Eagles Stars

Cours de danse country & Line dance, Vitrolles & Pays d'Aix, www.eaglesstars.com 06.63.52.67.94 ou 06.76.43.17.62

denysben@gmail.com