

My Pain Killer (Fr)

LINEDANCE.COM

Count: 64

Wall: 4

Level: Intermédiaire

Choreographer: Sandra Speck - Gobowen - ANGLETERRE / Mars 2015

Music: Pain killer - LITTLE BIG TOWN - BPM 82

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 3 / 2015

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 32 temps

BACK ROCK TOE STRUT, FORWARD ROCK BACK STRUT

1 2ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant

3 4TOE STRUT D avant : TOUCH BALL PD avant - DROP : abaisser talon D au sol

5 6ROCK STEP G avant , revenir sur PD arrière

7 8TOE STRUT G arrière : TOUCH BALL PG arrière - DROP : abaisser talon G au sol

COASTER STEP HITCH, JAZZ BOX 1/4 CROSS

1 2 3SLOW COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant

4petit HITCH genou G avant

5 - 8JAZZ BOX G : CROSS PG par-dessus PD - pas PD arrière 1/4 de tour G pas PG côté G - CROSS PD devant PG

SIDE TOUCH, SCISSOR STEP, 2 X 1/4 TURN RIGHT

1 2pas PG côté G - TAP PD à côté du PG

3 - 6SCISSOR STEP D : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - CROSS PD devant PG - HOLD

7 81/4 de tour D pas PG arrière - 1/4 de tour D pas PD côté D

CROSS ROCK 1/4 TURN, FULL TURN, 1/4 SIDE DRAG

1 2CROSS ROCK STEP G devant , revenir sur PD derrière

3 41/4 de tour G pas PG avant - HOLD

5 6FULL TURN G : 1/2 tour G pas PD arrière - 1/2 tour G pas PG avant

7 81/4 de tour G pas PD côté D - DRAG PG vers PD □

BACK ROCK SIDE TOUCH, SIDE SWIVEL LEFT FOOT, HEEL TOE, HEEL

1 - 4ROCK STEP G arrière , revenir sur PD avant - pas PG côté G - TAP PD à côté du PG

5 pas PD côté D

6 7 8SWIVEL talon G vers D □ - SWIVEL pointe G vers D □ - SWIVEL talon G vers D □

SWIVEL HEELS, TOES, HEELS 1/4 TURN, BACK ROCK 1/2 TURN

1 2SWIVEL talons vers G □ - SWIVEL pointes vers G □

3 4SWIVEL talons vers G □ , avec 1/4 de tour D - HOLD

5 - 8ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant - 1/2 tour G pas PD arrière - HOLD

BACK ROCK 1/4 TURN, TRIPLE FULL TURN RIGHT

1 - 4ROCK STEP G arrière , revenir sur PD avant - 1/4 de tour D pas PG côté G - HOLD

5 6FULL TURN D : 1/2 tour D pas PD avant - 1/2 tour D pas PG à côté du PD

7 8 pas PD avant - HOLD

HITCH STEP, HITCH TOUCH, HITCH BACK, HITCH BACK

1 2 petit HITCH genou G avant - pas PG avant

3 4 petit HITCH genou D avant - TAP pointe PD avant

5 6 petit HITCH genou D avant - pas PD arrière

7 8 petit HITCH genou G avant - pas PG arrière

TAG : à la fin du 4ème mur - 12 : 00 -

ROCK BACK TURN 1/2 X 2

1 - 4ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant - 1/2 tour G pas PD arrière - HOLD

5 - 8ROCK STEP G arrière , revenir sur PD avant - 1/2 tour D pas PG arrière - HOLD

TRIPLE FULL TURN RIGHT, ROCK FORWARD, BACK STRUT

1 2FULL TURN D : 1/2 tour D pas PD avant - 1/2 tour D pas PG à côté du PD

3 4petit pas PD avant - HOLD

5 6ROCK STEP G avant , revenir sur PD arrière

7 8TOE STRUT G arrière : TOUCH BALL PG arrière - DROP : abaisser talon G au sol