



BRUISES'

Chorégraphe : Myriam Ben Messaoud & Sandra Souillard

Musique : "Bruises"

Description : Danse en ligne Two step –

TRAIN feat Ashley Monroe

Novice + - 32 temps - 4 murs - 3 restarts

Niveau : Novice

Section 1 :

Walk - Walk – Rock step back – Walk Walk – Coaster step

1 – 2 Marche PD – marche PG

3 & 4 Rock step avant D et recule le D (Rock step avant D syncopé en reculant D)

5 – 6 Recule PG- recule PD

7 & 8 Coaster step

Section 2 :

Side R – Shuffle R – Side L – Shuffle L

1 – 2 PD à droite. Rassemble PG à côté du PD

3 & 4 Pas chassés à droite

5 – 6 PG à G – Rassemble PG à côté du PD

7 & 8 Pas chassés à gauche

Section 3 :

Rocks step R Forward - Triple Full turn – Rock step forward L– Triple Full turn

1 – 2 Rock step avant D

3 & 4 Triple full turn (tour complet vers la droite) *ou variante : coaster step*

5 – 6 Rock step avant G

7 & 8 Triple full turn (tour complet vers la gauche) *ou variante : coaster step*

Section 4 :

Toe – Toe - Coaster step – Toe- Toe- Coaster step ¼

1 – 2 Pointe PD avant – pointe PD coté

3 & 4 Coaster step

5 – 6 Pointe PG avant – Pointe PG coté

7 & 8 Coaster step ¼ tour à gauche

RESTART :

Mur 4 – Fin de la section 3 à 3h

Mur 7 – Fin de la section 3 à 6h

Mur 8 - Fin de la section 3 à 6h : La musique s'arrête. On attend et on reprend la danse du début...

Et n'oubliez pas, c'est un two-step, qui peut aussi se danser en Partner

Recommencez au début, amusez vous et souriez

