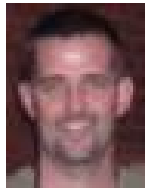




BRUISES



Chorégraphe : Niels Poulsen (Février 2013)

Musique : Bruises/Train feat. Ashley Monroe

Danse : Intermédiaire facile - 32 temps, 4 murs, Two STEP



You Tube : <http://www.youtube.com/watch?v=M16FctZgLMk>

Tag à la fin murs 2&6 face à 6h – Restarts murs 4&8* après 16°Cpte face à 12h et mur 9 après 30°Cpte face à 9h**

Intro : 16 comptes

Section 1: ROCK FWD R, RECOVER, R FULL TRIPLE CROSS, SIDE L, BEHIND-SIDE-CROSS, QUICK L SIDE ROCK

1-2 Rock Step PD avant, Revenir sur PG

3&4 Tour complet à D en Triple Step, Terminer avec PD croisé devant PG

... *Option: Coaster Step Cross : Reculer PD, PG rejoint PD, Avancer PD croisé devant PG*

5 Pas PG à Gauche

6&7 *BEHIND SIDE CROSS D*: Croiser PD derrière PG, pas PG à G, Croiser PD devant PG

&8 Rapide Rock Step latéral PG à G, Revenir sur PD

Section 2: CROSS, 1/4 L, SHUFFLE 1/2 L, STEP 1/2 L, WALK R L

1-2 Croiser PG devant PD, $\frac{1}{4}$ de tour à G, pas PD arrière

9:00

3&4 Triple Step $\frac{1}{2}$ tour à G

3:00

5-6 Avancer PD, $\frac{1}{2}$ tour pivot à G, (finir appui sur PG devant)

9:00

7-8 2 pas avant: Avancer PD, Avancer PG (*Option : FULL TURN*)

*** Les Restarts des murs 4 et 8 seront ici face à 12h**

Section 3: R & L HEEL SWITCHES, ROCK R FWD, R BACK LOCK STEP, 1/4 L INTO L CHASSE

1&2& Toucher talon PD devant, Ramener PD près PG, Toucher talon PG devant, Ramener PG près PD

... *Note: attention vous avancez légèrement pendant ces HEELS SWITCHES.*

3-4 Rock Step PD avant, Revenir sur PG

5&6 *STEP LOCK STEP D AR* : Reculer PD, Reculer PG en Lock devant PD, Reculer PD

7&8 Faire $\frac{1}{4}$ de tour à G ... Triple Step G latéral

6:00

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

1-2 *HEEL GRIND $\frac{1}{4}$ T*: Poser Talon D devant, tourner d' $\frac{1}{4}$ T à D s/talon D(*grind*), Revenir appui PG 9:00

3&4 *COASTER STEP D* : Reculer PD, PG rejoint PD, Avancer PD

5&6 *TRIPLE STEP G avant* : Avancer PG, pas PD à côté PG, Avancer PG

**** Le Restart du mur 9 sera ici face à 9h**

7&8 *KICK BALL STEP D*: Kick du PD devant, Ramener Ball PD à côté du PG, Avancer PG 9:00

TAG : à la fin des murs 2&6, chaque fois à 6h : tag de 8 cptes :

ROCK R FWD, SHUFFLE 1/2 R, ROCK L FWD, SHUFFLE 1/2 L

1-2-3&4 : Rock Step PD devant, Revenir sur PG, Triple Step $\frac{1}{2}$ tour à D (12h)

5-6-7&8 : Rock Step PG devant, Revenir sur PD, Triple Step $\frac{1}{2}$ tour à G (6h)

La danse se termine face à 12h au 12^{ème} mur.

RECOMMENCEZ AU DEBUT AVEC LE SOURIRE !! START AGAIN AND SMILE !

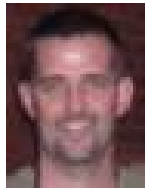


Traduite et Diffusée par FREE DANCE COUNTRY – 38121 REVENTIN-VAUGRIS

Tél : 06 83 34 95 43 - email : christianeballerand@free.fr – Site : www.freedancecountry.fr



BRUISES



Chorégraphe : Niels Poulsen (Février 2013)

Musique : Bruises/Train feat. Ashley Monroe

Danse : Intermédiaire facile - 32 temps, 4 murs, Two STEP



You Tube : <http://www.youtube.com/watch?v=Mi6FctZgLMk>

Tag à la fin murs 2&6 face à 6h – Restarts murs 4&8* après 16°Cpte face à 12h et mur 9 après 30°Cpte face à 9h**

Intro : 16 comptes

Section 1: ROCK FWD R, RECOVER, R FULL TRIPLE CROSS, SIDE L, BEHIND-SIDE-CROSS, QUICK L SIDE ROCK

1-2 Rock Step PD avant, Revenir sur PG

3&4 Tour complet à D en Triple Step, Terminer avec PD croisé devant PG

... *Option: Coaster Step Cross : Reculer PD, PG rejoint PD, Avancer PD croisé devant PG*

5 Pas PG à Gauche

6&7 *BEHIND SIDE CROSS D*: Croiser PD derrière PG, pas PG à G, Croiser PD devant PG

&8 Rapide Rock Step latéral PG à G, Revenir sur PD

Section 2: CROSS, 1/4 L, SHUFFLE 1/2 L, STEP 1/2 L, WALK R L

1-2 Croiser PG devant PD, $\frac{1}{4}$ de tour à G, pas PD arrière

9:00

3&4 Triple Step $\frac{1}{2}$ tour à G

3:00

5-6 Avancer PD, $\frac{1}{2}$ tour pivot à G, (*finir appui sur PG devant*)

9:00

7-8 *2 pas avant*: Avancer PD, Avancer PG (*Option : FULL TURN*)

*** Les Restarts des murs 4 et 8 seront ici face à 12h**

Section 3: R & L HEEL SWITCHES, ROCK R FWD, R BACK LOCK STEP, 1/4 L INTO L CHASSE

1&2& Toucher talon PD devant, Ramener PD près PG, Toucher talon PG devant, Ramener PG près PD

... *Note: attention vous avancez légèrement pendant ces HEELS SWITCHES.*

3-4 Rock Step PD avant, Revenir sur PG

5&6 *STEP LOCK STEP D AR* : Reculer PD, Reculer PG en Lock devant PD, Reculer PD

7&8 Faire $\frac{1}{4}$ de tour à G ... Triple Step G latéral

6:00

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

1-2 *HEEL GRIND $\frac{1}{4}$ T*: Poser Talon D devant, tourner d' $\frac{1}{4}$ T à D s/talon D(*grind*), Revenir appui PG 9:00

3&4 *COASTER STEP D* : Reculer PD, PG rejoint PD, Avancer PD

5&6 *TRIPLE STEP G avant* : Avancer PG, pas PD à côté PG, Avancer PG

**** Le Restart du mur 9 sera ici face à 9h**

7&8 *KICK BALL STEP D*: Kick du PD devant, Ramener Ball PD à côté du PG, Avancer PG 9:00

TAG : à la fin des murs 2&6, chaque fois à 6h : tag de 8 cptes :

ROCK R FWD, SHUFFLE 1/2 R, ROCK L FWD, SHUFFLE 1/2 L

1-2-3&4 : Rock Step PD devant, Revenir sur PG, Triple Step $\frac{1}{2}$ tour à D (12h)

5-6-7&8 : Rock Step PG devant, Revenir sur PD, Triple Step $\frac{1}{2}$ tour à G (6h)

La danse se termine face à 12h au 12^{ème} mur.

RECOMMENCEZ AU DEBUT AVEC LE SOURIRE !! START AGAIN AND SMILE !



Traduite et Diffusée par FREE DANCE COUNTRY – 38121 REVENTIN-VAUGRIS

Tél : 06 83 34 95 43 - email : christianeballerand@free.fr – Site : www.freedancecountry.fr