

SWING YOUR CHAINS

Musique : Chains (Tina Arena)

Type : Ligne, 32 temps, 2 murs.

Difficulté : Intermédiaire

Chorégraphe : Dee Soares & Shaun Maguire (USA)

1-8 WALK, WALK, FORWARD ROCK, RECOVER, ANCHOR STEP, WALK, WALK

1-2 Marcher DROIT, GAUCHE devant (12h00).

3&4 Pas rock DROIT devant, revenir sur le GAUCHE (&), pas DROIT près du GAUCHE.

5&6 Pas rock GAUCHE derrière (3^{ème} position fermé), revenir sur le DROIT (&), pas GAUCHE derrière (3^{ème} position fermé).

7-8 Marcher DROIT, GAUCHE devant.

9-16 ¼ TURN, STEP ¼ TURN, ¼ TURN, STEP ¼ TURN, ¼ TURN, ¼ TURN, STEP, WALK, WALK

1 Pivoter ¼ de tour à gauche (face 9h00) et toucher DROIT à droite en levant l'hanche droite.

2 Pivoter ¼ de tour à gauche (face 6h00) pas DROIT en arrière.

3 Pivoter ¼ de tour à gauche (face 3h00) et toucher GAUCHE à gauche en levant l'hanche gauche.

4 Pivoter ¼ de tour à gauche (face 12h00) pas GAUCHE avant.

5 Pivoter ¼ de tour à gauche (face 9h00) et toucher DROIT à droite en levant l'hanche droite.

6 Pivoter ¼ de tour à gauche (face 6h00) pas DROIT devant.

7-8 Marcher GAUCHE, DROIT devant.

17-24 PIVOT, HOLD, HOLD, ROCK, RECOVER, ROCK, WALK, WALK, STEP ¼ TURN, CROSS, HOLD

& Pivoter ½ tour à gauche (face 12h00) en gardant les poids sur le DROIT.

1-2 PAUSE pour 2 temps.

3&4 Pas rock GAUCHE derrière (position 3^{ème} fermé), revenir sur le DROIT (&), pas GAUCHE derrière (position 3^{ème} fermé).

5-6 Marcher DROIT, GAUCHE devant.

& Pivoter ¼ de tour à gauche (face 9h00) pas DROIT à droite.

7-8 Croiser/déposer GAUCHE devant le DROIT. PAUSE.

25-32 WALK, WALK, STEP A ½ TURN TWICE, PRESS, RECOVER, STEP ½ TURN X3, STEP A ¼ TURN

1-2 Marcher DROIT, GAUCHE devant.

3 Pivoter ½ Tour à Gauche Pas DROIT Arrière (face 6h00).

& Pivoter ½ Tour à Gauche Pas GAUCHE avant (face 9h00).

4 Presser DROIT devant.

5 Revenir sur le GAUCHE.


6 Pivoter ½ Tour à droite (face 3h00) pas DROIT devant.


7 Pas GAUCHE arrière en faisant ½ Tour à droite (face 9h00).

& Pivoter ½ tour à droite, pas DROIT devant (face 3h00).

8 Pivoter ¼ tour à droite (face 6h00) pas GAUCHE devant.

CAP COUNTRY ASSOCIATION
8 allée des rouges-gorges
69440 MORNANT

 04 78 44 11 66

 06 09 58 15 84

 capcountry@free.fr

<http://capcountry.fr>