

YOU'VE BEEN LONELY LONG ENOUGH

Musique
Chorégraphe
Type
Niveau
Traduction
Dernière mise à jour

You've been lonely long enough / John Permenter.
Guylaine Bourdages
2 murs
Novice
Sandra
23.04.2012



Section 1 - Basic polka turn to the right, Triple step forward

- 1 & 2 Triple step en avant PD
- 3 & 4 Triple step PG avec ½ tour à droite (finir PG en arrière)
- 5 & 6 Triple step PD avec ½ tour à droite (finir PD devant)
- 7 & 8 Triple step PG en avant

Section 2 - (1/8 left) rock step right forward, triple on place(1/2 right), rock step left forward, triple on place (7/8 left)

- 1 - 2 1/8 de tour à Gauche, Rock step PD devant
- 3 & 4 Triple step sur place avec ½ tour à droite.
- 5 - 6 Rock step PG devant.
- 7 & 8 Triple step sur place avec 7/8 tour à gauche.

Section 3 - Heel grind, heel grindd, & hrrl, & hrrl,& heel ballchange (progreessing backward)

- 1 - 2 Heel grind PD
- & 3-4 Heel grind PG
- & 5 Ramener PG à côté du PD, Talon droit devant.
- & 6 Ramener PD à côté du PG, Talon gauche devant
- & 7&8 Ramener PG à côté du PD Talon droit devant avec ballchange (PD)

Section 4 - Triple forward (right foot), triple forward (Left foot), walk back right, left, Out Out In In

- 1 & 2 Triple step PD en avant.
- 3 & 4 Triple step PG en avant
- 5 - 6 PD en arrière, PG en arrière
- & 7&8 Ouvrit PD à droite, PG à gauche, ramener PD au centre, PG à côté du PD

REPRENDRE AU DEBUT, SANS PERDRE LE SOURIRE !