



# ONCE IN A LIFETIME

Chorégraphe : Nancy A. Morgan

**Description** : 32 comptes, 4 murs, intermédiaire

**Musique** : "Once In a Million (dance mix)" de Bosson (CD : One In A Million) ; "I Just Want To Dance With You" de George Strait (114 bpm cha / CD : One Step At A time) ; "I Got My Baby" de Faith Hill (115 bpm WCS / CD : Breathe)

## Comptes      Description des pas

### **RIGHT SIDE MAMBO, LEFT SIDE MAMBO, ½ TURN LEFT, SKATE, SKATE**

1&2 Poser PD à D en levant légèrement PG, poser PG, poser PD à côté PG

3&4 Poser PG à G en levant légèrement PD, poser PD, poser PG à côté PD

5-6 Avancer PD, ½ T à G (poids sur PG)

7-8 (Petits skates) : glisser PD devant en dessinant un C vers la D, répéter à G avec un C à l'envers

### **RIGHT SIDE MAMBO, LEFT SIDE MAMBO, RIGHT FORWARD MAMBO WITH ½ TURN, LEFT MAMBO**

1&2 Rock PD à D, revenir sur PG, poser PD à côté PG

3&4 Rock PG à G, revenir sur PD, poser PG à côté PD

5&6 Avancer PD, ¼ T à D en reculant PG, ¼ à D en avançant PD

7&8 Avancer PG, revenir sur PD, poser PG à côté PD

### **TWO SMALL TRIPLE STEP FORWARD, HEEL AND HEEL AND STEP, ¼ TURN**

1&2 Triple step avant (petits pas), PD, PG, PD

3&4 Triple step avant (petits pas), PG, PD, PG

5&6 Poser talon D devant, poser PD à côté PG, poser talon G devant

&7-8 Poser PG à côté PD, avancer PD, ¼ tour à gauche (poids sur PG)

### **CROSS, SIDE, STEP X 2, RIGHT FORWARD MAMBO ½ TURN, LEFT FORWARD MAMBO**

1&2 Croiser PD derrière PG, poser PG à gauche, poser PD à droite légèrement en avant

3&4 Coiser PG derrière PD, poser PD à droite, poser PG à gauche légèrement en avant

5&6 Avancer PD, ¼ tour à droite en reculant PG, ¼ tour à droite en avant PD

7&8 Left forward mambo : rock avant PG, revenir sur PD, poser PG à côté PD

### **TAG FIN DU 7ÈME MUR**

*Uniquement sur la chanson "One In A Million (Dance Mix)" de Bosson. A LA FIN DU 7 MURS*

### **STOMP RIGHT-HOLD 3, STOMP LEFT - HOLD 3, STOMP RIGHT - HOLD 3, STEP LEFT - HOLD, ½ TURN WALK, WALK**

1-4 Stomp PD à droite, hold 3 temps

5-8 Stomp PG à côté PD, hold 3 temps

1-4 Stomp PD à droite, hold 3 temps

5-6-7&8 Avancer PG, hold, ½ tour à droite, avancer PG, avancer PD

### **STOMP LEFT, HOLD 3, STOMP RIGHT, HOLD 3, STOMP LEFT TWICE, STOMP RIGHT TWICE, FORWARD ROCK, COASTER STEP**

1-4 Stomp PG à côté PD, hold 3 temps

5-8 Stomp PD à droite, hold 3 temps

1-4 Stomp PG deux fois, stomp PD deux fois

5-6 Rock avant PG, revenir sur PD

7&8 Coaster step : reculer PG, reculer PD, avancer PG

### **2 STEP TURN**

1-2 Avancer PD, ½ tour à gauche

3-4 Avancer PD, ½ tour à gauche

### **RECOMMENCER AU DEBUT** 😊 😊 😊 **AVEC LE SOURIRE** 😊 😊 😊

Conventions : D = droite, G = gauche, PD = pied droit, PG = pied gauche

Mis en page par Martine des "Talons Sauvages".



Traduction B&B