



PLAN B

Chorégraphe : Kate Sala & Rob Fowler

Description : 64 temps, 4 murs, inter

Musique : "She Said" de Plan B [Album : "The Defamation of Strickland Banks"]

Départ : après 32 temps, sur les paroles).

Comptes Description des pas

WALK FORWARD, HOLD, WALK FORWARD, HOLD, ROCK FORWARD, RECOVER, STEP BACK, TOGETHER.

1-2-3-4 Poser PD devant, hold, poser PG devant, hold

5-6-7-8 Rock avant PD, revenir sur PG, poser PD derrière, poser PG à côté PD

CROSS STEP, SWEEP, CROSS STEP, RIGHT SIDE ROCK, RECOVER, STEP BEHIND, LEFT SIDE ROCK, RECOVER.

1-2 Croiser PD devant PG, sweep PG vers la G de l'arrière vers l'avant

3-4-5 Croiser PG devant PD, rock PD à D, revenir sur PG

6-7-8 Croiser PD derrière PG, rock PG à G, revenir sur PD

LEFT CROSS BEHIND, SWEEP BACK, CROSS STEP BEHIND, STEP LEFT, CROSS, SIDE, CROSS, HOLD.

1-2 Croiser PG derrière PD, sweep PD vers la D de l'avant vers l'arrière

3-4 Croiser PD derrière PG, poser PG à G

5-6-7-8 Croiser PD devant PG, poser PG à G, croiser PD devant PG, hold

STEP LEFT, TOGETHER WITH 1/4 TURN RIGHT, STEP FORWARD, HOLD, FULL TURN LEFT, STEP RIGHT, HOLD.

1-2-3-4 Poser PG, 1/4 T à D en posant PD à côté PG, poser PG devant, hold (03:00)

5-6-7-8 1/2 T à G en posant PD derrière, 1/2 T à G en posant PG devant, poser PD à D, hold

WEAVE RIGHT, STEP TOGETHER, SWIVEL HEELS, TOES, KICK ACROSS, STEP LEFT.

1-2-3-4 Croiser PG derrière PD, poser PD à D, croiser PG devant PD, poser PD à côté PG

5-6 Swivel talons vers la D, swivel pointes vers la D

7-8 Kick PG croisé devant PD, poser PG à G

CROSS STEP RIGHT BEHIND, HOLD, BALL CROSS, STEP LEFT, KICK ACROSS, KICK OUT, TOUCH BACK, KICK FORWARD.

1-2&3 Croiser PD derrière PG, hold, poser ball PG à G, croiser PD devant PG

4-5-6 Poser PG à G, kick PD croisé devant PG, kick PD à D

7-8 Touche pointe PD derrière, kick PD devant

SLOW COASTER STEP, HOLD, STEP, PIVOT 1/2 TURN RIGHT, STEP, PIVOT 1/2 TURN RIGHT.

1-2-3-4 Poser PD derrière, poser PG à côté PD, poser PD devant, hold

5-6-7-8 Poser PG devant, 1/2 T à D, poser PG devant, 1/2 T à D

CROSS ROCK, RECOVER, BIG STEP LEFT, DRAG, CROSS ROCK BEHIND, RECOVER, BIG STEP RIGHT, STEP TOGETHER.

1-2-3-4 Rock croisé PG devant PD, revenir sur PD, grand pas à G, drag PD vers PG

5-6-7-8 Rock croisé PD derrière PG, revenir sur PG, grand pas à D, poser PG à côté PD

TAG 1 : fin mur 1 (face 3:00)

Rajouter les 16 temps suivants :

1-2-3-4 Rock avant PD, revenir sur PG, rock à D, revenir sur PG

5-6-7-8 Rock arrière PD, revenir sur PG, poser PD devant, hold

1-2-3-4 Rock avant PG, revenir sur PD, rock à G, revenir sur PD

5-6-7-8 Rock arrière PG, revenir sur PD, poser PG devant, hold

TAG 2 : fin mur 5 (face 3:00)

Répéter les 16 temps du tag 1 puis ajouter les 8 temps suivants :

1-2 Poser PD, 1/4 T à G

3-4-5-6-7-8 Répéter les temps précédents (poser PD, 1/4 T à G) 3 fois pour faire un tour complet

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

Conventions : D = droite, G = gauche, PD = pied droit, PG = pied gauche, PDC = poids du corps

Remis en page par Martine.