



BRUISES

Chorégraphe : Niels POULSEN

Niveau Novice

Danse - 32 temps - 4 murs

Musique : Bruises, de TRAIN, feat Asley Monroe

Démarrage : 16 comptes

ROCK FWD RIGHT, RECOVER, R FULL TRIPLE CROSS, SIDE L, BEHIND-SIDE-CROSS, QUICK L SIDE ROCK

1-2 ROCK STEP D avant - revenir sur PG

3&4 Tour complet D (D, G, D) avec PD croisé devant PG (**Option sans tourner**- coaster cross)

5 Pas PG côté G

6&7 pas PD derrière PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG

&8 ROCK STEP latéral G - revenir sur PD

CROSS, ¼ L, SHUFFLE ½ L, STEP ½ L, WALK R-L

1-2 CROSS PG devant PD - 1/4 de tour G & pas PD arrière 9:00

3&4 SHUFFLE ½ tour à G

5-6 PD avant - Pivot 1/2 tour G (appui PG) 9:00

7-8 PD avant - pas PG avant (**option Full Turn G**)

RESTART mur 4 et 8 (face à 12H)

R & L HEEL SWITCHES, STEP, ROCK R FWD, RECOVER, BACK LOCK STEP, ¼ L INTO L CHASSE

1&2& TOUCH talon D avant - pas PD légèrement devant - TOUCH talon G avant - pas PG légèrement devant

3-4 ROCK STEP D avant - revenir sur PG

5&6 Pas PD arrière - LOCK PG devant PD - pas PD arrière

7&8 1/4 de tour G & pas PG côté G - pas PD à côté du PG - pas PG côté G 6:00

R HEEL TOUCH, GRIND ¼ R BACK, R COASTER STEP, L SHUFFLE FWD, R KICK BALL STEP

1-2 TOUCH talon D - talon D avec 1/4 de tour D & PG arrière 9:00

3&4 COASTER STEP D : reculer PD - PG à côté du PD - pas PD avant

5&6 SHUFFLE G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant

ici RESTART au mur 9 (la 2ème fois, face à 9 H)

7&8 KICK PD avant - pas BALL PD à côté du PG - pas PG avant

TAG : à la fin des murs 2 et 6 (face à 6:00) :

ROCK R FWD, SHUFFLE ½ R, ROCK L FWD, SHUFFLE ½ L

1-2 ROCK STEP D avant - revenir sur PG

3&4 ½ T à D en triple DGD

5-6 ROCK STEP G avant - revenir sur PD

7&8 ½ T à G en triple GDG

Prenez du Plaisir et Restez Cool !!

3ème section: Heel switches : le chorégraphe a écrit que l'on avance le pied légèrement devant (step slightly forward)

Toujours se référer à la chorégraphie originale : Martine MARTIN