



ALL OR NOTHING

Chorégraphe : Nicola Lafferty
Description : Danse en ligne, 32 comptes, 4 murs
Niveau : Novice (cha-cha)
Musique : "All or nothing" de Jay Sean
Départ : 32 comptes

1-8 SLOW COASTER STEP, TRIPLE STEP FORWARD, SYNCOPATED ROCKS

- 1-3 PG en arrière, Joindre PG au PD, PG devant
- 4&5 Triple step avant DGD
- 6& Rock PG croisé devant PD, Revenir PDC sur PD
- 7& Rock PG à gauche, Revenir PDC sur PD
- 8& Rock PG croisé devant PD, Revenir PDC sur PD

9-17 TO RIGH DIAGONAL, STEP BACK, ROOCK, RECOVER, TRIPLE FORWARD, ROCK, RECOVER, SIDE TRIPLE

- 1-3 Se placer en diagonale droite (1h30) PG en arrière, Rock arrière PD, Revenir PDC sur PG
- 4&5 Triple step avant DGD
- 6-7 Rock PG devant, Revenir PDC sur PD
- 8&1 Revenir face à 12h Triple step à gauche GDG

18-25 HIPS, ROCK RECOVER ¼ TURN, ROCK RECOVER, TRIPLE BACK

- 2-3 Sway droit gauche
- 4&5 Rock arrière PD, Revenir PDC sur PG, ¼ de tour droit PD devant
- 6-7 Rock avant PG, Revenir PDC sur PD
- 8&1 Triple step arrière GDG

26-32 ROCK RECOVER, TRIPLE FORWARD, ½ PIVOT, ½ PIVOT TURNING

- 2-3 Rock arrière PD, Revenir PDC sur PG
- 4&5 Triple step avant DGD
- 6-7 PG devant, ½ tour droit PDC sur PD
- 8&1 Triple ½ tour droit GDG (le dernier pas du triple step est le début de la danse compte 1)

Note : PD = pied droit ; PG = pied gauche ; PDC = poids du corps ; Triple step = pas chassés ; Sway = balancer les hanches en formant un 8