



THE ONE

Chorégraphe : Marie Claude Gil (FR) - Mai 2023

Descriptions : Danse en ligne - 32 comptes - 4 murs -
Tag + Restart : Murs 2 (9h00) et Mur 4 (6h00)
Restart : Mur 6 après 8 comptes (9h00)

Niveau : Novice

Musique : The Good Ones - Gabby Barrett - 90 BPM

Intro : 16 Comptes

1-8 RIGHT MAMBO, LEFT MAMBO, FORWARD MAMBO, COASTER STEP
1&2 Rock mambo PD côté, revenir PDC PG, Poser PD à côte du PG
3&4 Rock mambo PG côté, revenir PDC PD, Poser PG à côte du PD
5&6 Rock mambo PD devant, revenir PDC PG, Poser PD à côte du PG
7&8 PG derrière, Reculer PD, avancer PG

ICI RESTART : Mur 6

9-16 RIGHT STEP LOCK FORWARD, LEFT STEP LOCK FORWARD, STEP ½ TURN, TRIPLE ½ TURN

1&2 PD devant, Lock PG derrière PD, avancer PD
3&4 PG devant, Lock PD derrière PG, avancer PG
5-6 PD devant, ½ Tour à G, revenir PG

ICI TAG + RESTART : MURS 2 et 4, remplacer la section 7&8 par Kick Ball Change PD + Restart

7&8 ½ Tour à G en Pas Chassés

17-24 LEFT SWEEP, RIGHT SWEEP, LEFT SWEEP, BEHIND SIDE CROSS, ¼ TURN, TRIPLE STEP, STEP ½ TURN STEP

1-2 Rondé PG vers arrière + Poser PG derrière, Rondé PD vers l'arrière + poser PD derrière

3&4 Rondé PG vers l'arrière + Poser PG derrière, PD à D, Croiser PG devant PD

5&6 ¼ de Tour à D, Pas Chassés PD

7&8 PG devant, ½ Tour à D, PG devant

25-32 RIGHT AND LEFT VAUDEVILLE, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK ½ TURN STEP

1&2& Croiser PD devant PG, Poser PG à côté PD, Talon PD diagonale à D, PD derrière

3&4& Croiser PG devant PD, Poser PD à côté PG, Talon PG diagonale à G, PG derrière

5&6 Croiser le PD devant le PG, PG à G, croiser le PD devant le PG

7&8 Rock PG côté, ½ Tour à G, Poser PG à G

REPRENEZ AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE

messangels40@gmail.com / messangels.jimdo.com

