



# SENTIMENTAL

**Chorégraphe :** Rachael McEnaney USA Octobre 2009 [www.dancewithrachael.com](http://www.dancewithrachael.com) Rachaaldance@me.com

**Niveau :** Intermédiaire/Avancé

**Descriptif :** Danse en ligne - 2 murs - 48 temps - WCS - No Tag No Restart

**Musique :** Sentimental Gareth Gates (CD: What My Heart Wants To Say)

**BPM 104**

**Introduction:** 32 temps

- 1-8 WALK BACK LR, L BALL CHANGE, STEP FWD L, DIAGONAL BALL CROSS, ½ TURNING R TRIPLE STEP, STEP FWD L**  
1-2 *2 pas arrière* : pas PG arrière (1) - pas PD arrière (2)  
&3-4 ROCK STEP arrière sur BALL PG (&) - revenir sur PD avant (3) - pas PG avant (4)  
&5 Orienter le corps face à **10H30** (*mais garder la tête face à 12H*) ... ROCK STEP arrière sur BALL PD (&) - revenir sur PG avant (5) **10H30**  
6&7-8 Se replacer face à **12H** ... pas PD avant (6) - ¼ de tour à D ... pas PG à côté du PD **3H** (&) - ¼ de tour à D ... pas PD avant (7) - pas PG avant (8) **6H**
- 9-16 FUNKY TURNS TO LEFT STEPPING ¼ WITH R, ½ WITH L, ½ WITH R, L SAILOR, R CROSS, 1/2 TURN RIGHT STEPPING L R**  
&1&2&3 ¼ de tour à G ... DRAG pointe PD vers PG (*rester en appui sur PG*) (&) **3H** - pas PD côté D (1) - 1/2 de tour à G ... DRAG pointe PG vers PD (*rester en appui sur PD*) (&) **9H** - pas PG côté G (2) - 1/2 de tour à G ... DRAG pointe PD vers PG (*rester en appui sur PG*) (&) - pas PD côté D (3) **3H**  
*NOTE: Essayer d'y penser simplement comme D (1), G (2), D (3), et essayer de plier les genoux à chaque pas, les comptes « & » faisant partie du style.*  
4&5 **SAILOR STEP G** : CROSS PG derrière PD (4) - pas PD à côté du PG (&) - pas PG côté G (5)  
6-8 CROSS PD devant PG (6) - ¼ de tour à D ... pas PG arrière (7) - ¼ de tour à D ... pas PD côté D (8) (*terminer avec le corps orienté face à 10H30, soit essentiellement 3/8 de tour*) **10H30**
- 17-24 L MAMBO WITH DRAG/SWEEP, BALL STEP WITH ¼ TURN, R MAMBO, L BALL CHANGE, STEP FWD L**  
1&2 **MAMBO G avant** : ROCK STEP PG avant (1) - revenir sur PD arrière (&) - grand pas PG arrière (2) **10H30**  
3&4 DRAG PD vers PG ou SWEEP PD derrière PG (*sens des aiguilles d'une montre*) (3) - pas BALL PD derrière PG (&) - pas PG côté G (4) (*corps orienté vers 7H30 maintenant*)  
5&6 **MAMBO D avant** : ROCK STEP PD avant (5) - revenir sur PG arrière (&) - pas PD à côté du PG (6)  
&7-8 ROCK STEP BALL PG arrière (&) - revenir sur PD avant (7) - pas PG avant (8) (*corps toujours orienté face à 7H30*)
- 25-32 HIP BUMPS BACK FORWARD, R COASTER STEP, SKATE X2, ¾ LEFT TRIPLE STEP**  
1-2 Pousser le poids du corps en arrière, sur PD, avec HIPS BUMP arrière (1) - pousser le poids du corps en avant, sur PG avec HIPS BUMP en avant (2)  
3&4 **COASTER STEP D** : pousser sur PG ... pas PD arrière (3) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (4) **7H30**  
5-6 SKATE PG en direction de **4H30** (5) - SKATE PD en direction de **7H30** (6) (*ces pas sont faits sur place*)  
7&8 ¼ de tour à G ... pas PG avant (7) - ¼ de tour à G ... pas PD à côté du PG (&) - ¼ de tour à G ... pas PG avant (8) (*Il s'agit d'un triple step ¾ de tour à G que vous terminerez face à 10H30*)
- 33-40 TOE TAPS TRAVELLING BACK, BALL CHANGES BACK FORWARD BACK, R KICK BALL CHANGE**  
1&2&3 TOUCH pointe PD en avant (1) - pas PD arrière (&) - TOUCH pointe PG en avant (2) - pas PG arrière (&) - TOUCH pointe PD en avant (3) **10H30**  
*STYLE : Quand vous faites les « TOUCH », faites-les ressembler à des « PRESS », donc genou plié, et pas de poids sur le genou plié.*  
&4&5 ROCK STEP BALL PD arrière (&) - revenir sur PG avant (4) - ROCK STEP BALL PD avant (&) - revenir sur PG arrière (5)  
&6 ROCK STEP BALL PD arrière (&) - revenir sur PG avant (6) **10H30**  
7&8 **KICK BALL CHANGE D** : s'élever sur pointe PG ... KICK PD avant (7) - pas BALL PD à côté du PG (&) - pas PG à côté du PD (8) **10H30**
- 41-48 R SHUFFLE, TURN, L SHUFFLE, ¼ TURN L STEPPING BACK, ¼ TURN L STEPPING TO SIDE, STEP FWD R, L MAMBO**  
1&2 **TRIPLE STEP D avant** : pas PD avant (1) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (2) **10H30**  
&3&4 ¼ de tour à D sur BALL PD **1H30** (&) ... **TRIPLE STEP G avant** : pas PG avant (3) - pas PD à côté du PG (&) - pas PG avant (4)  
5-6 3/8 de tour à G ... pas PD arrière **9H** (5) - ¼ de tour à G ... pas PG côté G (6) **6H**  
7-8& Pas PD avant (7) - ROCK STEP PG avant (8) - revenir sur PD arrière (&) (*prêt à recommencer avec pas PG arrière*)

**Source:** Fiche de la chorégraphe. **Traduction et mise en page :** **HAPPY DANCE TOGETHER** Juillet 2014  
Bellegarde-en-Forez 42210 [lenid.baroin@wanadoo.fr](mailto:lenid.baroin@wanadoo.fr) <http://www.happy-dance-together.com/>  
Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.