



OFF MY FEET



Chorégraphes : Michele Perron michele.perron@gmail.com & Jo Thompson Szymanski jo.thompson@comcast.net

Niveau : Intermédiaire facile - Janvier 2019

Descriptif : Danse en ligne - 4 murs - 32 temps - **NO TAG NO RESTART** - Sens de rotation de la danse : **CW**

Musique : The Way You Make Me Feel **The Douglas Group**. CD: "No More Than Necessary" **BPM : 112**

Merci, DJ Louie St. George, pour avoir proposé cette chanson!

Cette chorégraphie est une alternative à la danse pour débutant de Michele Perron "Pure Movies"



Musique alternative country: Cowboy Up **Vince Gill**

Musique alternative pour Noël: Christmas Comes But Once A Year **B. B. King**

Introduction: 32 temps

1-8 WALK, WALK, ROCK SIDE, RECOVER, CROSS, SWEEP/HITCH, CROSS, 1/2 TURN L, FORWARD

1-2 *2 pas avant:* pas PD avant (1) - pas PG avant (2)

&3 ROCK STEP latéral BALL PD côté D (*corps orienté face à 10H30*) (&) - revenir sur PG légèrement en avant (3)

4 CROSS PD devant PG (4)

5-6 Revenir face à 12H en faisant un SWEEP PG d'arrière en avant en relevant le genou G (5) - CROSS PG devant PD (6)

7-8 Pas PD arrière 6H (7) - ½ tour à G ... pas PG avant (8)

9-16 FORWARD, TOGETHER, BACK, BACK, BACK, BEHIND, SIDE, CROSS, OUT, OUT, BALL, CROSS

&1-2 Pas PD avant (&) - pas PG à côté du PD (1) - pas PD arrière (2)

3-4 Pas PG arrière en faisant un HEEL GRIND pointe PD "OUT" (3) - pas PD arrière en faisant un HEEL GRIND pointe PG "OUT" (4)

5&6 *BEHIND SIDE CROSS G:* CROSS PG derrière PD (5) - pas PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (6)

&7&8 Face à 7H30... Pas BALL PD côté D "OUT" (&) - pas BALL PG côté G "OUT" (7) - pas BALL PD retour au centre "IN" (&) - CROSS PG devant PD (8)

Option pour &7&8: vous pouvez faire le pas PD sur le talon puis pas PG sur le talon également. Vous ferez donc talon PD, talon PG, Ball, Cross.

17-24 STEP SIDE, TOUCH/BUMP, STEP SIDE, TOUCH/BUMP, BEHIND, 1/4 TURN L, TRIPLE FORWARD

1-2 En vous plaçant face à 6H ... pas PD côté D (1) - TOUCH PG sur diagonale avant G ↖ (2)

Styling: vous pouvez faire un HIP ROLL dans le sens inverse des aiguilles d'une montre (1) – TOUCH PG avec HIP BUMP sur la diagonale G (2)

3-4 Pas PG côté G (3) - TOUCH PD sur diagonale avant D ↗ (4)

Styling: vous pouvez faire un HIP ROLL dans le sens des aiguilles d'une montre (1) – TOUCH PD avec HIP BUMP sur la diagonale D (2)

5-6 CROSS PD derrière PG (5) - ¼ de tour à G ... pas PG avant 3H (6)

7&8 *TRIPLE STEP D avant:* pas PD avant (7) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (8)

25-32 1/2 PIVOT TURN, 1/2 TURN LOCKING TRIPLE, 1/4 TURN R SIDE CROSS, 3/4 TURN R HEEL SWIVELS

1-2 *STEP TURN:* pas PG avant (1) - 1/2 tour PIVOT à D sur BALL PG ... prendre appui sur PD avant 9H (2)

3&4 ¼ de tour à D ... pas PG côté G 12H (3) - CROSS PD devant PG (&) - ¼ de tour à D ... pas PG arrière 3H (4)

&5 ¼ de tour à D ... pas PD côté D 6H (&) - CROSS BALL PG devant PD (5)

6-8 ¼ de tour à D ... en faisant un SWIVEL des 2 talons côté G 9H (6) - ¼ de tour à D ... en faisant un SWIVEL des 2 talons côté G 12H (7) - ¼ de tour à D ... en faisant un SWIVEL des 2 talons côté G 3H (8) (*pieds « APART », soit légèrement écartés pendant que vous tournez. Terminer en appui sur PG*)

Styling: Vous pouvez faire un HIP BUMP à G sur chaque ¼ de tour à D (6-8) ou faire un UNWIND lent de ¾ de tour à D (6-8).

Option pour ne pas tourner pour les temps 29 à 32

&5-6 Pas PD côté D en orientant le corps à D (&) - TOUCH PG à côté du PD (5) - HOLD (6)

&7 Face à 3H ... pas PG côté G (&) - TOUCH PD à côté du PG (7)

&8& Pas PD côté D (&) - TOUCH PG à côté du PD (8) - pas PG légèrement arrière 3H (&)

FIN: à la fin de la chanson, le dernier mur commence face à 6H.

Si vous dansez l'option avec les tours sur les comptes 29-32, tourner un peu plus pour terminer face à 12H et prendre une pose pour une belle fin. ENJOY!

Source: Copperknob. **Traduction et mise en page :** **HAPPY DANCE TOGETHER** Février 2019

<https://youtu.be/vSz83JGnkKs>

Bellegarde-en-Forez 42210 lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>

Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.