



MAN IN THE MIRROR



Chorégraphes : Rachael McEnaney Angleterre Février 2014 www.dancewithrachael.com Rachaeldance@me.com
Simon Ward Australie bellychops@hotmail.com

Niveau : Avancé

Descriptif : Danse en ligne - 2 murs - 48 temps

Musique : Man In The Mirror James Morrison (Album: Songs For You Truths For Me) BPM environ 94

Introduction : 32 temps

- 1-9 WALK R-L, ½ TURN R SAILOR STEP, L BALL R CROSS WITH 1/8 TURN R, 3/8 TURN L WITH R SWEEP, CROSS R, L COASTER**
- 1-2 *2 pas avant:* pas PD avant (1) - pas PG avant (2)
- 3&4 *SAILOR STEP D ½ tour à D :* CROSS PD derrière PG (3) - ¼ de tour à D ... pas PG à côté du PD (&) - ¼ de tour à D ... pas PD avant (4) **6H**
- &5 *1/8 de tour à D ... pas BALL PG avant (&) - CROSS PD devant PG (5) 7H30*
- 6-7 *1/8 de tour à G ... pas PG avant avec SWEEP PD d'arrière en avant pour faire ¼ de tour à G supplémentaire (6) - CROSS PD devant PG (7) 3H*
- 8&1 *COASTER STEP G:* reculer PG (8) - 1/8 de tour à D ... reculer PD à côté du PG (&) - pas PG avant (1) **4H30**
- 10-17 WALK R, L MAMBO FORWARD, ¼ TURN R, POINT L TO L, ¼ TURN L, MAKE ½ TURN L STEPPING BACK R SWEEPING L, L BEHIND SIDE CROSS**
- 2 Pas PD avant (2)
- 3&4 *MAMBO G avant :* ROCK STEP PG avant (3) - revenir sur PD arrière (&) - pas PG arrière (4)
- &5-6 *¼ de tour à D ... pas PD côté D (&) - POINTE PG côté G (5) - ¼ de tour à G ... pas PG avant (6)*
- 7 *½ tour à G ... pas PD arrière avec SWEEP PG d'avant en arrière (7)*
- 8&1 *BEHIND SIDE CROSS G:* CROSS PG derrière PD (8) - pas PD côté D (&) - pas PG avant légèrement croisé devant PD (1) **10H30**
- Note: pour les comptes 7-8&1, ne vous inquiétez pas trop de l'exactitude des tours (cela a été détaillé pour le style, soyez toujours orienté en diagonale.*
- 18-24 WALK R, L CROSS & L HEEL, L BALL, R JAZZ BOX ¼ TURN R**
- 2 Pas PD avant (toujours face à 10H30) (2)
- 3&4 *CROSS PG devant PD (3) - 1/8 de tour à G ... pas PD côté D (&) - TOUCH talon PG sur diagonale avant G (4) 9H*
- & Pas BALL PG sur place (&)
- 5-6-7-8 *JAZZ BOX D ¼ de tour à D:* CROSS PD par-dessus PG (5) - pas PG arrière (6) - ¼ de tour à D ... pas PD avant (7) - pas PG avant (8) **12H**
- 25-32 STEP R, ½ CHASE TURN L, STEP L, ¼ CHASE TURN R, STEP R, ½ CHASE TURN L, FULL TURN R TRAVELLING FORWARD**
- 1&2 *STEP TURN STEP:* pas PD avant (1) - 1/2 tour PIVOT à G sur BALL PD ... prendre appui sur PG avant (&) - pas PD avant (2) **6H**
- 3&4 *STEP TURN STEP:* pas PG avant (3) - ¼ de tour PIVOT à D sur BALL PG ... prendre appui sur PD côté D (&) - pas PG avant (4) **9H**
- 5&6 *STEP TURN STEP:* pas PD avant (5) - 1/2 tour PIVOT à G sur BALL PD ... prendre appui sur PG avant (&) - pas PD avant (6) **3H**
- 7&8 *½ tour à D ... pas PG arrière (7) - ½ tour à D ... pas PD avant (&) - pas PG avant (8) 3H*
- 33-40 ½ PIVOT R, ¼ TURN L SWEEPING R, R CROSS, OUT-OUT LR, L TOUCH, L SIDE, HEEL SWIVELS R-L-R**
- 1-2 *1/2 tour PIVOT à D sur BALL PG ... prendre appui sur PD avant (1) 9H - ¼ de tour à G ... pas PG avant avec SWEEP PD d'arrière en avant (2) 6H*
- 3&4 *CROSS PD devant PG (3) - pas PG légèrement arrière (&) - pas PD côté D (pieds APART) (4) 6H*
- &5&6 *TOUCH PG à côté du PD (&) - pas PG côté G (5) - SWIVEL talon PD « IN » (&) - revenir talon au centre (appui PD) (6)*
- &7&8 *SWIVEL talon PG « IN » (&) - revenir talon au centre (appui PG) (7) - SWIVEL talon PD « IN » (&) - revenir talon au centre (appui PD) (8)*
- Restart ici pendant le 6ème mur. Voir ci-dessous.*
- 41-48 L BALL, WALK R, L MAMBO, ½ TURN R, STEP L, ½ CHASE TURN R, R ROCKING CHAIR**
- &1 *SWITCH:* pas BALL PG à côté du PD (&) - pas PD avant (1)
- 2&3 *MAMBO G avant :* ROCK STEP PG avant (2) - revenir sur PD arrière (&) - pas PG arrière (3)
- 4 *½ tour à D ... pas PD avant (4) 12H*
- 5&6 *STEP TURN STEP:* pas PG avant (5) - 1/2 tour PIVOT à D sur BALL PG ... prendre appui sur PD avant (&) - pas PG avant (6) **6H**
- 7& *ROCK STEP D avant (7) - revenir sur PG arrière (&)] ROCKING*
- 8& *ROCK STEP D arrière (8) - revenir sur PG avant (&)] CHAIR*

Restart après 40 temps de danse, pendant le 6ème mur (vous serez alors face à 12H). Vous devez faire un pas BALL PG à côté du PD sur "&" pour reprendre la danse au début.

Source : Fiche des chorégraphes. **Traduction et mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Mars 2014
lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>

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