



HAD A BAD DAY



Chorégraphe : Rachael McEnaney UK Novembre 2011

Niveau : Intermédiaire +

Descriptif : Danse en ligne - 2 murs - 32 temps - **Night Club**

Musique : Had A Bad Day Calle Kristiansson **BPM 70**

Introduction: 8 temps

1-8 BACK R SWEEPING L, L BEHIND SIDE CROSS, R SIDE ROCK CROSS, SIDE L, FULL TURN (¾)SAILOR R, L SIDE ROCK CROSS

1 Pas PD arrière (1)

2&3 **BEHIND SIDE CROSS:** SWEEP/CROSS PG derrière PD (2) - pas PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (3)

&4& **ROCK STEP D** latéral côté D (&) - revenir sur PG côté G (4) - CROSS PD devant PG (&)

5 Pas PG côté G (5)

6&7 **SAILOR STEP ¾ de tour à D : 1/8 de tour à D ... CROSS PD** derrière PG (6) - **1/8 de tour à D ... pas PG** légèrement arrière (&) - **½ tour à D ... pas PD** avant (7)

Les directions sont juste une aide pour faire le sailor step ¾ de tour à D. Pencher le haut du corps vers la droite

&8& **¼ de tour à D ... ROCK STEP G** latéral côté G (&) - revenir sur PD côté D (8) - CROSS PG devant PD (&) **12H**

Restart ici pendant le 7ème mur 12H

9-16 R NIGHTCLUB BASIC, L NIGHTCLUB BASIC, ¼ TURN R, FULL TURN R, RUN BACK R, L, R

1-2& **BASIC NC à D:** pas PD côté D (1) - pas PG à côté du PD (3^{ème} position) (2) - revenir sur PD (*légèrement sur diagonale avant G*) (&)

3-4& **BASIC NC à G:** pas PG côté G (3) - pas PD à côté du PG (3^{ème} position) (4) - revenir sur PG (*légèrement sur diagonale avant D*) (&)

5 **¼ de tour à D ... pas PD** avant (5)

6&7 **½ tour à D ... pas PG** arrière (6) - **½ tour à D ... pas PD** avant (&) - **ROCK STEP G** avant (7)

8&1 Revenir sur PD arrière (8) - pas PG arrière (&) - pas PD *arrière (commencer SWEEP PG d'avant en arrière)* (1) **3H**

17-24 L BEHIND SIDE CROSS (SWEEP R), R CROSS, L SIDE, ROCK R BACK, STEP R, ROCK L BACK, ¼ R, ¼ R

2&3 **BEHIND SIDE CROSS:** SWEEP/CROSS PG derrière PD (2) - pas PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (3)

4&5 **SWEEP/CROSS PD** devant PG (4) - pas PG côté G (&) - **ROCK STEP D** arrière (*ouverture du corps sur diagonale arrière D ↙ - 4H30-*) (5)

6&7 Revenir sur PG avant (6) - pas PD côté D (&) - **ROCK STEP G** arrière (*ouverture du corps sur diagonale arrière G ↘ - 1H30-*) (7)

&8& Revenir sur PD avant (&) - **¼ de tour à D ... pas PG** arrière (8) - **¼ de tour à D ... pas PD** côté D (&) **9H**

25-32 STEP L FORWARD R, FULL TURN FORWARD TO R, L MAMBO DRAG BACK, R BACK ROCK, STEP R, ¼ L, R CROSS, L SIDE

1-2 **PRISSY WALK:** CROSS PG devant PD (1) - pas PD avant (2)

3& **½ tour à D ... pas PG** arrière (3) - **½ tour à D ... pas PD** avant (&)

4 **ROCK STEP G** avant (4) **9H**

Restart ici pendant le 4ème mur. Après le temps 4, faire ¼ de tour à D puis pas PD arrière pour le temps 1 de la danse.

& Revenir sur PD arrière (&)

5 Grand pas PG arrière (*DRAG PD vers PG*) (5)

6& **ROCK STEP D** arrière (6) - revenir sur PG avant (&)

7& **STEP TURN ¼ de tour:** pas PD avant (7) - 1/4 tour PIVOT à G sur BALL PD ... **prendre appui sur PG** (&) **6H**

8& **CROSS PD** devant PG (8) - pas PG côté G (&)

RESTART 1 : Après 28 temps du 4^{ème} mur.

4 **ROCK STEP G** avant (4)

1 **¼ de tour à G ... revenir sur PD** arrière (8) **12H**

RESTART 2 : Après les 8 premiers temps du 7^{ème} mur **12H**

Source : Fiche de la chorégraphe. **Traduction et mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Février 2012
lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>

Si vous constatez des erreurs par rapport à l'original, je vous remercie de m'en informer