

Paycheck To Paycheck



Musique **Paycheck To Paycheck** (Midland) 112 bpm
Intro 36 temps (16 temps sans rythmique régulière, puis 16 temps avec tous les instruments, et répétition d'un thème à la guitare sur 4 temps). Commencez à danser sur « Ain't got no **tread** ».

Chorégraphe Alison BIGGS & Peter METELNICK (mai 2022)

Vidéos Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/c/LillyWEST>

Type 4 murs, 32 temps, East Coast Swing, Novice / Intermédiaire

Particularités 3 Restarts

Termes **Rock Step** (2 temps) : G : 1. Pas G dans la direction indiquée,
2. Remettre le Poids du Corps (PdC) sur D.
Coaster Cross (2 temps) : D : 1. Pas arrière (Poids Du Corps sur plante G),
&. Ramener D près de G (PdC sur plante D),
2. Croiser G devant D (PdC sur pied G entier).
Sailor Step G (2 temps) : 1. Croiser G derrière D (PdC sur plante G),
&. Pas D à D (PdC plante D),
2. Pas G à G (PdC sur pied entier G).

Section 1 : R Step, L Mambo, R Coaster Cross, L Side, Touch-Ball-Cross,

1 Pas D avant, 12:00
2 & 3 **Rock Step G** avant (2 &), Pas G arrière (3),
4 & 5 **Coaster Cross D**,
6 Pas G à G,
7 & 8 **Touch** (*Poser la plante du pied*) D près de G, Petit Pas D arrière, Croiser G devant D,

S2 : R Side, Sailor Steps L & R, Walk L, R, Swivel Heels R & L,

1 Pas D à D,
2 & 3 **Sailor Step G**,
4 & 5 **Sailor Step D**,
6 Pas G avant,
7 & 8 Pas D avant, Pivoter les Talons vers D, Pivoter les Talons vers G + Transfert PdC G,

1^e, 2^e, 3^e particularités : RESTARTS =

Sur le 2^e mur (commencé et arrivé ici face 09:00), Sur le 4^e mur (face 06:00), Sur le 8^e mur (face 09:00).

S3 : Back R, L, Out Out, Forward R, Forward L, R, Out Out, L Forward,

1 – 2 Pas D arrière, Pas G arrière,
& 3 – 4 Pas D à D (out - extérieur), Pas G à G (out - extérieur), Pas D avant,
5 – 6 Pas G avant, Pas D avant,
& 7 – 8 Pas G à G (out - extérieur), Pas D à D (out - extérieur), Pas G avant,

S4 : R Forward, L Step 1/4 R Pivot Cross, 1/4 L, 1/4 L, R Forward Rock, Side Rock, Coaster Step.

1 Pas D avant,
2 & 3 Pas G avant, Pivoter 1/4 tour D, Croiser G devant D, 03:00
4 – 5 1/4 tour G + Pas D arrière, 1/4 tour G + Pas G à G, 12:00 puis 09:00
6 & 7 & **Rock Step** D avant (6 &), **Rock Step** D à D (7 &),
Option sans les pas syncopés : 7 – 8 *Pointe D* avant, *Pointe D* à D,
8 & Pas D arrière, Ramener G près de D (+ PdC G). = début d'un Coaster Step

👑 Recommencez du début ... et gardez le sourire !! 👑

FIN

Sur le 11^e mur (commencé face 03:00), dansez jusqu'au compte 1 de la 2^e Section (). Vous faites face à 03:00. Remplacez le « *Sailor Step G* » par : « **Sailor Step G + 1/4 tour à G** » pour finir face à 12:00.