

Easy Dance



Musique Easy On The Trigger (Raleigh KEEGAN) 170 bpm
Intro 32 temps (comptez rapidement - 8 temps légers puis 24 temps plus marqués)
Chorégraphe Séverine FILLION & Guillaume ROUSSEL (septembre 2021)
Vidéos Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/@lillywest>
Type 32 temps, 4 murs, East Coast Swing rapide, Grand Débutant
Particularités 0 Tag, 0 Restart 😊

Termes

Clap (1 temps) : Claquer des Mains.

Triple Step (2 temps) : D : 1. Pas D dans la direction indiquée (avant, arrière, côté, diagonale...)
&. Ramener G près de D,
2. Pas D dans la même direction qu'au premier pas.

Toe Strut (2 temps) : 1. Poser la plante du pied indiqué dans la direction indiquée,
2. Poser le reste du pied + Transférer le PdC sur ce pied.

Heel Bounce (1 temps) : &. Soulever Talon(s) (les genoux se plient - ne soulevez pas le corps),
(Poids du Corps sur Plantes) 1. Reposer les Talons au sol.

Section 1 : R Heel Forward, Clap, R Toe Back, Clap, R slow Forward Triple, Hold.

1 – 2 Talon D avant, **Clap**, 12:00
3 – 4 Pointe D arrière, **Clap**,
5 – 6 – 7 **Triple Step D** avant lent (5 - 6 - 7),
8 Pause,

S2 : L Heel Forward, Clap, L Toe Back, Clap, L slow Forward Triple, Hold.

1 – 2 Talon G avant, **Clap**, 12:00
3 – 4 Pointe G arrière, **Clap**,
5 – 6 – 7 **Triple Step G** avant lent (5 - 6 - 7),
8 Pause,

S3 : R Forward, Hold, 1/2 L Pivot, Hold, Run Forward R L R, Hold.

1 – 2 Pas D avant, Pause,
3 – 4 Pivoter 1/2 tour G (+ Transférer Poids du Corps G), Pause, 06:00
5 – 6 – 7 Petit Pas D avant, Petit Pas G avant, Petit Pas D avant,
8 Pause,

S4 : Toe Struts forward L R, L Forward, 3 Heel Bounces turning slowly 1/4 R.

1 – 2 **Toe Strut G** avant,
3 – 4 **Toe Strut D** avant,
5 Pas G avant,
&6&7&8 **Heel Bounces** 3 fois en effectuant progressivement 1/4 tour D (Finir PdC G), 09:00

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