



BETTER DAYS

Chorégraphe : Mario & Lilly Hollnsteiner (Avril 2018)

Description : Ligne - 32 comptes - 2 murs

Style : Catalan

Niveau : Débutant

Musique : Better Days (Kirsty Lee Akers) (146 Bpm)

CD : Better Days (2009)

POT COMMUN SO 2019

HEEL, TOGETHER, HEEL, HOOK, RUMBA BOX WITH SCUFF

1-2 Toucher talon droit devant, assembler pied droit à côté du pied gauche

3-4 Toucher talon gauche devant, plier jambe gauche derrière jambe droite

5-6 Ecart pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche

7-8 Avancer pied gauche, petit coup de talon droit sur le sol à côté du pied gauche

JAZZ BOX WITH CROSS, SIDE ROCK ¼ TURN LEFT, SCUFF

1-2 Croiser pied droit devant pied gauche, reculer pied gauche

3-4 Ecart pied droit, croiser pied gauche devant pied droit

5-6 Ecart pied droit (Rock), en pivotant ¼ de tour à gauche retour poids du corps sur pied gauche **9h**

7-8 Avancer pied droit, petit coup de talon gauche sur le sol à côté du pied droit

GRAPEVINE LEFT WITH ¼ TURN RIGHT AND HOOK, GRAPEVINE RIGHT WITH SCUFF

1-2 Ecart pied gauche, croiser pied droit derrière pied gauche

3-4 Ecart pied gauche, en pivotant ¼ de tour à droite plier jambe droite devant jambe gauche **12h**

5-6 Ecart pied droit, croiser pied gauche derrière pied droit

7-8 Ecart pied droit, petit coup de talon gauche sur le sol à côté du pied droit

STEP FORWARD, SCUFF, STEP FORWARD, SCUFF, STEP, ½ TURN RIGHT STEP, STOMP UP

1-2 Avancer pied gauche, petit coup de talon droit sur le sol vers l'avant

3-4 Avancer pied droit, petit coup de talon gauche sur le sol vers l'avant

5-6 Avancer pied gauche, pivoter ½ tour à droite (poids du corps finit sur pied droit) **6h**

7-8 Avancer pied gauche, frapper pied droit sur le sol (sans le poser) à côté du pied gauche

REPRENEZ AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE

messangels40@gmail.com / messangels.jimdo.com

