

Adaptable

Frank Trace

franktrace@sssnet.com

Danse en ligne Débutant-Intermédiaire 32 comptes 4 murs

Trust Yourself / Carlene Carter 105 BPM

Touch Me (All Night Long) / Cathy Dennis 120 BPM

My Prerogative / Bobby Brown 110 BPM

Countrydansemag.com



Musique OK.

- 1-8 Kick Ball Heel 1/4 Turn, Step, Walk, Walk, Shuffle Fwd, Rock Step,**
 1&2 Kick du PD devant - PD, 1/4 de tour à gauche - Talon G devant
 &3-4 Déposer le PG - PD devant - PG devant 09:00
 5&6 Shuffle PD, PG, PD, en avançant
 7-8 Rock du PG devant - Retour sur le PD
- 9-16 Coaster Step, Step, Pivot 1/4 Turn, Sailor Step, Sailor Step 1/4 Turn,**
 1&2 PG derrière - PD à côté du PG - PG devant
 3-4 PD devant - Pivot 1/4 de tour à gauche 06:00
 5&6 Croiser le PD derrière le PG - PG à gauche - PD à côté du PG
 7& Croiser le PG derrière le PD, 1/4 de tour à gauche - PD sur place
 8 PG à côté du PD 03:00
- 17-24 Small Jump Forward, Hold, Small Jump Back, Hold, Shuffle Fwd, Shuffle Fwd,**
 &1-2 Petit saut devant sur PD et PG - Pause *Taper des mains ou cliquer des doigts*
 &3-4 Petit saut derrière sur PD et PG - Pause *Taper des mains ou cliquer des doigts*
 Sur les sauts, bouger les épaules (Shimmy Shoulders)
 5&6 Shuffle PD, PG, PD, en avançant en diagonale à droite
 7&8 Shuffle PG, PD, PG, en avançant en diagonale à gauche
- 25-32 Rock Step, Triple Step 1/2 Turn, Rock Step, Triple Step 1/2 Turn.**
 1-2 Rock du PD devant - Retour sur le PG
 3&4 Triple Step PD, PG, PD, 1/2 tour à droite 09:00
 5-6 Rock du PG devant - Retour sur le PD
 7&8 Triple Step PG, PD, PG, 1/2 tour à gauche 03:00

Traduction RM, ajouté sur le site le 17 janvier 2007