



AB IN MY BONES

Chorégraphe : Martine CANONNE & Valérie ARDHUIN
Description : Country Line Dance - 48 comptes - 1 mur
Niveau : Débutant
Musique : In My Bones / Ray DALTON

Intro : 16 comptes

1-8 OUT-OUT FWD, TRIPLE ON THE SPOT (OR R ANCHOR STEP), OUT-OUT BACK, : TRIPLE ON THE SPOT (OR L ANCHOR STEP)

- 1-2 Poser PD diagonale avant droite, poser PG diagonale avant gauche
3&4 Revenir au centre en faisant un triple step sur place en posant PD, PG, PD
Option difficile : Anchor Step
5-6 Poser PG diagonale arrière gauche, poser PD diagonale arrière droite
7&8 Revenir au centre en faisant un triple step sur place en posant PG, PD, PG
Option difficile : Anchor Step

9-16 SWAYS R & L, TRIPLE SIDE R, SWAYS L & R, TRIPLE SIDE L

- 1-2 Poser PD à droite en faisant un sway à droite, revenir en appui PG avec sway gauche
3&4 Pas chassé à droite en posant PD à droite, poser PG à côté du PD, poser PD à droite
5 -6 Sway gauche, sway droite
7&8 Pas chassé à gauche en posant PG à gauche, poser PD à côté du PG, poser PG à gauche

17-24 WALKS R & L, TRIPLE R FWD, ROCK STEP, TRIPLE ON THE SPOT (OR L ANCHOR STEP)

- 1-2 Poser PD devant, poser PG devant
3&4 Triple step devant en posant PD devant, poser PG à côté du PD, poser PD devant
5-6 Poser PG devant, revenir en appui PD
7&8 Triple step sur place en posant PG à côté du PD, revenir en appui PD, revenir en appui PG
Option difficile : Anchor Step

25-32 BACKS R & L, TRIPLE R BACK, ROCK BACK, TRIPLE STEP L

- 1-2 Poser PD derrière, poser PG derrière
3&4 Triple step arrière en posant PD derrière, poser PG à côté du PD, poser PD derrière
5-6 Poser PG derrière, revenir en appui PD
7&8 Triple step avant en posant PG devant, poser PD à côté du PG, poser PG devant

33-40 WALS W/FULL TURN R, [STEP SLIGHTY DIAGONAL & DRAG] R & L

- 1-4 Faire un tour complet à droite avec 4 marches en faisant PD-PG-PD-PG
5-6 Poser PD légèrement diagonale avant droite, glisser PG vers PD
7-8 Poser PG légèrement diagonale avant gauche, glisser PD vers PG

12:00

.../...

AB IN MY BONES (suite)

41-48 WALS W/FULL TURN R, [STEP SLIGHTY DIAGONAL BACK & DRAG] L & R

1-4 Faire un tour complet à droite avec 4 marche en faisant PD-PG-PD-PG

5-6 Poser PD derrière, glisser PG vers PD

7-8 Poser PG derrière, glisser PD vers PG (finir PDC PG)

12:00

Reprendre en vous amusant ! ! ! ! Soyez « Funny »