

NO SUPERMAN

Chorégraphes Henrik Gønvold (NO), Daniel Trepas (NL) & Darren Bailey (UK) - Juillet 2011

Musique I Am No Superman by Jeronimo feat Stay-C (112 BPM)

Type Linedance, 4 murs, 32 temps, 46 pas

Niveau Débutant-Intermédiaire

Démarrage de la danse : intro de 16 temps, sur les paroles

Syncopated Rocksteps & Step Side (Xx2)

1&2& Pas D (rock) en avant, revenir sur G, pas D (rock) à droite, revenir sur G

3&4 Pas D (rock) en arrière, revenir sur G, poser PD à droite

5&6& Pas G (rock) en avant, revenir sur D, pas G (rock) à G, revenir sur D

7&8 Pas G (rock) en arrière, revenir sur D, poser PG à gauche

Hip Rolls or Bumps making a 1/2 turn L, Coaster Step, Samba Cross

1,2,3,4 PD en avant et roulez des hanches (bumps, ou autre mouvement ondulatoire du corps) de droite à gauche en faisant un ½ tour progressif vers G (finir appui PD à 6h)

5&6 PG en arrière (sur la plante), PD à côté de G (sur la plante), PG en avant

7&8 PD à droite (rock), revenir sur G, croiser PD devant G

Shuffle Full Turn, Syncopated Weave, Slide, Touch, 1/8 turn R

1& ¼ tour à G (3h) avec PG en avant, PD à côté de G

2& ¼ tour à G (12h) avec PG en avant, PD à côté de G

3&4 ¼ tour à G (9h) avec PG en avant, PD à côté de G, ¼ tour à G (6h) avec PG en avant

5&6 Croiser PD devant PG, PG à gauche, croiser PD derrière G

7,8 Grand pas PG à G (ramener PD en glissant à côté de G), Touch PD à côté de G en vous orientant d'1/8 tour à D (7h30)

Step (2x) Back, 1/8 turn R, Shuffle Fwd, Walk (4x) ½ turn L, flick

1&2 2 pas (D-G) dans la diagonale arrière D, 1/8 tour à droite (9h) et PD à droite

3&4 PG en avant, PD à côté de G, PG en avant

5,6,7 3 pas en avant (D,G,D) en faisant un 1/2 tour progressif à G (3h)

8 PG en avant et flick PD en arrière (option : lever le bras D style "Superman")

Start again and have fun ! Happy Face ;-))

Traduction d'après la fiche originale (source : Daniel Trepas)

De Virginie pour « Country Rock Dancers 29 »