

# PLAN B

Chorégraphe : Kate Sala & Rob Fowler

**Type :** Danse en Ligne, 64 Temps, 4 Murs

**Difficulté :** Intermédiaire

**Musique :** *She Said* par Plan B, **144 Bpm**, (CD : The Defamation Of Stricklands)

**Note Départ :** 32 temps sur *She Said* par Plan B

Comptes	Description	Suggestion Calling	Direction Sens
<b>Section 1</b>	<b>WALK FORWARD, HOLD, WALK FORWARD, HOLD, ROCK FORWARD, RECOVER, STEP BACK, TOGETHER</b>		
1-2	Pas PD en Av, Pause,	Walk Hold	Av
3-4	Pas PG en Av, Pause,	Walk Hold	
5-6	Pas PD en Av, Revenir PdC sur PG en Ar,	Rock Step	Sur place
7-8	Pas PD en Ar, PG à côté PD,	Back Together	Ar
<b>Section 2</b>	<b>CROSS, SWEEP, CROSS, RIGHT SIDE ROCK, RECOVER, STEP BEHIND, LEFT SIDE ROCK, RECOVER</b>		
1-2	Croiser PD devant PG, Faire grand cercle avec pointe PG d'Ar en Av	Cross Sweep Cross	Sur place
3-5	Croiser PG devant PD, Pas PD à D, Revenir PdC sur PG à G,	Side Rock	D
6-8	Croiser PD derrière PG, Pas PG à G, Revenir PdC sur PD à D,	Behind Side Rock	G
<b>Section 3</b>	<b>LEFT CROSS BEHIND, SWEEP BACK, CROSS BEHIND, STEP LEFT, CROSS, SIDE, CROSS, HOLD</b>		
1-2	Croiser PG devant PD, Faire un large Cercle avec PD d'Av vers l'Ar,	Cross Sweep	D
3-4	Croiser PD derrière PG, Pas PG à G,	Behind Side	G
5-6	Croiser PD devant PG, Pas PG à G,	Cross Shuffle	
7-8	Croiser PD devant PG, Pause,	Hold	
<b>Section 4</b>	<b>STEP LEFT, TOGETHER WITH TURN ¼ RIGHT, STEP FORWARD, HOLD, FULL TURN LEFT, STEP RIGHT, HOLD</b>		
1-2	Pas PG à G ¼ t à D avec PD à côté PG,	Side Turn Close	¼ D (3h)
3-4	Pas PG en Av, Pause,	Step Hold	Av
5-6	½ t à G avec Pas PD en Ar, ½ t à G avec Pas PG en Av,	Left Full Turn	
7-8	Pas PD à D, Pause,	Side Hold	D
<b>Section 5</b>	<b>WEAVE RIGHT, STEP TOGETHER, SWIVEL HEELS, TOES, KICK ACROSS, STEP LEFT</b>		
1-2	Croiser PG derrière PD, Pas PD à D,	Right Weave	D
3-4	Croiser PG devant PD, PD à côté PG,	Touch	
5-6	Tourner les 2 talons vers la D, Tourner les 2 pointes de pied vers la D,	Right Swivel	
7-8	Lancer Pointe PG vers l'Av croisée devant PD, PG à G,	Kick Cross Side	Sur place
<b>Section 6</b>	<b>CROSS RIGHT BEHIND, HOLD, BALL CROSS, STEP LEFT, KICK ACROSS, KICK OUT, TOUCH BACK, KICK FORWARD</b>		
1-2&	Croiser PD derrière PG, Pause, Pas PG à G,	Behind Hold Side	G
3-4	Croiser PD devant PG, Pas PG à G,	Cross Side	
5-6	Lancer Pointe PD vers l'Av croisée devant PG, Lancer Pointe PD à D,	Kick Cross Kick	Sur place
7-8	Toucher Pointe PD en Ar, Lancer Pointe PD vers l'Av,	Back Touch Kick	

<b>Section 7</b>	<b>SLOW COASTER STEP, HOLD, STEP, TURN ½ RIGHT, STEP, TURN ½ RIGHT</b>		
1-2	Pas PD en Ar (PdC sur l'Av), PG à côté PD,	Coaster Step	Sur place
3-4	Pas PD en Av, Pause,	Hold	
5-6	Pas PG en Av, ½ t à D avec PdC sur PD en Av,	Step Turn	½ D (9h)
7-8	Pas PG en Av, ½ t à D avec PdC sur PD en Av,	Step Turn	½ D (3h)
<b>Section 8</b>	<b>CROSS ROCK, RECOVER, BIG STEP LEFT, DRAG, CROSS ROCK BEHIND, RECOVER, BIG STEP RIGHT, STEP TOGETHER</b>		
1-2	Croiser PG devant PG, Revenir PdC sur PD en Ar,		
3-4	Grand Pas PG à G, Ramener PD à côté PG en touchant le sol,		
5-6	Croiser PD derrière PG, Revenir PdC sur PG en Av,		
7-8	Grand Pas PD à D, PG à côté PD,		
<b>TAG</b>	<b>A la fin du 1<sup>er</sup> mur (3h)</b>		
1-2	Pas PD en Av, Revenir PdC sur PG en Ar,	Rock Step	Sur place
3-4	Pas PD à D, Revenir PdC sur PG à G,	Side Rock	
5-6	Pas PD en Ar, Revenir PdC sur PG en Av,	Rock Step	
7-8	Pas PD en Av, Pause,	Step Hold	Av
1-2	Pas PG en Av, Revenir PdC sur PD en Ar,	Rock Step	Sur place
3-4	Pas PG à G, Revenir PdC sur PD à D,	Side Rock	
5-6	Pas PG en Ar, Revenir PdC sur PD en Av,	Rock Step	
7-8	Pas PG en Av, Pause,	Step Hold	Av
<b>TAG</b>	<b>A la fin du 5<sup>ème</sup> Mur (3h)</b>		
1-2	Pas PD en Av, Revenir PdC sur PG en Ar,	Rock Step	Sur place
3-4	Pas PD à D, Revenir PdC sur PG à G,	Side Rock	
5-6	Pas PD en Ar, Revenir PdC sur PG en Av,	Rock Step	
7-8	Pas PD en Av, Pause,	Step Hold	Av
1-2	Pas PG en Av, Revenir PdC sur PD en Ar,	Rock Step	Sur place
3-4	Pas PG à G, Revenir PdC sur PD à D,	Side Rock	
5-6	Pas PG en Ar, Revenir PdC sur PD en Av,	Rock Step	
7-8	Pas PG en Av, Pause,	Step Hold	Av
1-2	Pas PD en Av, ¼ t à G avec PdC sur PG à G,	Paddle Turn	¼ G (12h)
3-4	Pas PD en Av, ¼ t à G avec PdC sur PG à G,		¼ G (9h)
5-6	Pas PD en Av, ¼ t à G avec PdC sur PG à G,		¼ G (6h)
7-8	Pas PD en Av, ¼ t à G avec PdC sur PG à G,		¼ G (3h)

*Recommencer en gardant votre sourire*

*Si vous constatez une erreur de traduction, je vous remercie de le signaler à l'adresse mail ci-dessous*

# Plan B

Choreographed by Kate Sala & Rob Fowler

Description: 64 count, 4 wall, intermediate line dance

Musique: **She Said** by Plan B

Start after 32 count intro, on vocals

## **WALK FORWARD, HOLD, WALK FORWARD, HOLD, ROCK FORWARD, RECOVER, STEP BACK, TOGETHER**

1-4 Step right forward, hold, step left forward, hold

5-8 Rock right forward, recover to left, step right back, step left together

## **CROSS, SWEEP, CROSS, RIGHT SIDE ROCK, RECOVER, STEP BEHIND, LEFT SIDE ROCK, RECOVER**

1-2 Cross right over left, sweep left round to the left from back to front

3-5 Cross left over right, rock out to right side on right, recover to left

6-8 Cross right behind left, rock out to left side on left, recover to right

## **LEFT CROSS BEHIND, SWEEP BACK, CROSS BEHIND, STEP LEFT, CROSS, SIDE, CROSS, HOLD**

1-2 Cross left behind right, sweep right round to the right from front to back

3-4 Cross right behind left, step left

5-8 Cross right over left, step left, cross right over left, hold

## **STEP LEFT, TOGETHER WITH TURN ¼ RIGHT, STEP FORWARD, HOLD, FULL TURN LEFT, STEP RIGHT, HOLD**

1-4 Step left, turn ¼ right and step right together, step left forward, hold

5-8 Turn ½ left and step right back, turn ½ left and step left forward, step right to side, hold, 3:00

## **WEAVE RIGHT, STEP TOGETHER, SWIVEL HEELS, TOES, KICK ACROSS, STEP LEFT**

1-4 Cross left behind right, step right, cross left over right, step right together

5-6 Swivel both heels to the right, swivel both toes to the right

7-8 Cross/kick left over right, step left to side

## **CROSS RIGHT BEHIND, HOLD, BALL CROSS, STEP LEFT, KICK ACROSS, KICK OUT, TOUCH BACK, KICK FORWARD**

1-2&3 Cross right behind left, hold, step on ball of left to left, cross right over left

4-6 Step left to side, cross/kick right over left, kick right out to right side

7-8 Touch back with right toe, kick right forward

## **SLOW COASTER STEP, HOLD, STEP, TURN ½ RIGHT, STEP, TURN ½ RIGHT**

1-4 Step right back, step left together, step right forward, hold

5-8 Step left forward, turn ½ right, step left forward, turn ½ right

## **CROSS ROCK, RECOVER, BIG STEP LEFT, DRAG, CROSS ROCK BEHIND, RECOVER, BIG STEP RIGHT, STEP TOGETHER**

1-4 Cross/rock left over right, recover to right, take a long step left, drag right towards left

5-8 Cross/rock on right behind left, recover to left, take a long step right, step left in next to right

## **REPEAT**

## **TAG**

End of wall 1 facing 3:00

1-4 Rock right forward, recover to left, rock out on right to side, recover to left

5-8 Rock right back, recover to left, step right forward, hold

1-4 Rock left forward, recover to right, rock out on left to side, recover to right

5-8 Rock left back, recover to right, step left forward

## **TAG**

End of wall 5 facing 3:00

1-4 Rock right forward, recover to left, rock out on right to side, recover to left

5-8 Rock right back, recover to left, step right forward, hold

1-4 Rock left forward, recover to right, rock out on left to side, recover to right

5-8 Rock left back, recover to right, step left forward

1-2 Step right forward, turn  $\frac{1}{4}$  left (weight to left)

3-8 Repeat the above: step, turn  $\frac{1}{4}$  left 3 more times to complete a full turn left, 3:00

### **Informations pour contacter le chorégraphe:**

**Kate Sala** | Courriel: [kate\\_sala@hotmail.com](mailto:kate_sala@hotmail.com) | Website: <http://www.katesala.net>

Adresse: 151 Harrow Road, West Bridgford, Nottingham, NG2 | Téléphone: 7767833369

**Rob Fowler** | Courriel: [rob@mastersinline.com](mailto:rob@mastersinline.com) | Website: <http://www.robowler.net>

Adresse: Sapphire Ents, P.O. Box. 156 Bognor Regis, PO22 6QS. | Téléphone: 01243 582434

Ajouté aux archives Kickit: 18-May-2010

