In a Rush

Chorégraphe : Annie Briand – Août 2013
Description : Line dance, Phrasée, Two Step
Partie A 32 temps, 2 murs ; Partie B 48 temps 1 mur
Niveau : Intermédiaire Facile (Easy Inter)
Musique : "Ma Vie Pressée" par Didier Beaumont
CD: "Un mec comme ça" [disponible sur Country-France]
Séquence : AA B AA B AAAA B(40 tps) B AA… jusqu'à la fin. La partie A correspond aux couplets et la partie B au refrain, sauf pour la fin de la chanson qui est un instrumental (AA…).
Écoutez les paroles, fredonnez-les et laissez-vous guider par la musique !

http://countrydance-idf.jimdo.com/
e-mail : annie.briand@country-france.fr

PARTIE A

Section I – Slide R, Drag L, Back Rock Step L, Kick Ball Cross L, Hold
1-2-3-4 Grand pas PD à D. Ramener PG près du PD. Rock Step PG en arrière. Revenir sur PD.
5-6-7-8 Coup du PG en avant. Assembler plante PG au PD. Croiser PD devant PG. Pause.

Section II – Slide L, Drag R, Back Rock Step R, 1/4 turn R, Step Lock Step R, Hold
1-2-3-4 Grand pas PG à G. Ramener PD près du PG. Rock Step PD en arrière. Revenir sur PG.
5-6-7-8 1/4 tour à D en avançant PD. Bloquer PG derrière PD. PD en avant. Pause. [3:00]

Section III – Step 1/4 turn R, Cross L, Hold, Chassé à D (ou Full turn L), Hold
1-2-3-4 PG en avant. 1/4 tour à D (appui PD). Croiser PG devant PD. Pause. [6:00]
5-6-7-8 PD à D. Assembler PG au PD. PD à D. Pause.
Option 1/4 tour à G en reculant PD. 1/2 tour à G en avançant PD. 1/4 tour à G en posant PD à D. Pause.

Section IV – Run Back L-R-L, Hold, R Coaster Step, Step L Forward
1-2-3-4 PG en arrière. PD en arrière. PG en arrière. Pause.
5-6-7-8 PD en arrière. Assembler PG au PD. PD en avant. PG en avant.

PARTIE B

Section I – 3/4 turn L, Step Forward R, Hold, Mambo Step L Forward, Kick R
1-2-3-4 1/4 tour à G en reculant PD. 1/2 tour à G en avançant PD. PD en avant. Pause. [3:00]
5-6-7-8 PG en avant. Revenir sur PD. PG en arrière. Coup du PD en diagonale avant D.

Section II – Back Kick x2, R Coaster Step, Hold
1-2-3-4 PD en arrière. Coup du PG en diagonale avant G. PG en arrière. Coup du PD en diagonale avant D.
5-6-7-8 PD en arrière. Assembler PG au PD. PG en avant. Pause.

Section III – Step 1/2 turn R Step Forward L, Hold, Heel Hook Heel Flick R
1-2-3-4 PG en avant. 1/2 tour à D (appui PD). PG en avant. Pause. [9:00]
5-6-7-8 Talon D en diagonale D. Plier jambe D devant tibia G. Talon D en diagonale D. Plier jambe D vers l'arrière.

Section IV –Step Lock Step R, Hold, Step 1/4 turn R, Cross L, Hold,
1-2-3-4 PD en avant. Bloquer PG derrière PD. PD en avant. Pause.
5-6-7-8 PG en avant. 1/4 tour à D (appui PD). Croiser PG devant PD. Pause. [12:00]

Section V –Toe Strut R, Cross Strut L, Kick Ball Cross R, Hold
1-2-3-4 Plante PD à D. Poser talon D et prendre appui PD. Plante PG croisée devant PD. Poser talon G et prendre appui PG.
5-6-7-8 Coup du PD en avant. Assembler plante PD au PG. Croiser PG devant PD. Pause.
Restart : Reprendre au début de la partie B, à cet endroit, à la troisième reprise de la Partie B.

Section VI – Scissor Step R, Hold, Scissor Step L, Hold
1-2-3-4 PD à D. Assembler PG au PD. Croiser PD devant PG. Pause.
5-6-7-8 PG à G. Assembler PD au PG. Croiser PG devant PD. Pause.

REPRENDRE AU DÉBUT, AVEC LE SOURIRE !