



Ain't Dancin' long like this

Chorégraphe : Steve Hart

Ligne, 32 temps, 4 murs

Débutant

Musique recommandée : Ain't Livin' Long Like This – Andy Griggs
– 174 bpm - CD /:You won't ever be lonely

Séquence 1

CROSS ROCK, STEP, HOLD, CROSS ROCK, STEP, HOLD

1-2	Rock avant PD	PD pose devant PG	PG reprend PdC
3-4	Rassemble, hold	PD pose à côté PG	Hold (rester)
5-6	Rock avant PG	PG pose devant PD	PD reprend PdC
7-8	Rassemble, hold	PG pose à côté PD	Hold (rester)

Séquence 2

RIGHT VINE WITH TOUCH, LEFT VINE WITH TOUCH

1-2	Côté, derrière	PD pose à D	PG pose la plante derrière PD
3-4	Côté, touch	PD pose à D	PG touche à côté PD
5-6	Côté, derrière	PG pose à G	PD pose la plante derrière PG
7-8	Côté, touch	PG pose à G	PD touche à côté PG

Séquence 3

STEP, HALF TURN, SHUFFLE, STEP QUARTER TURN SHUFFLE

1-2	Avance, ½ t G	PD pose devant	PG reprend PdC après ½ t à G
3&4	Chassé en avant	PD pose devant	PG bloque derrière PD PD pose devant
5-6	Avance, ¼ t D	PG pose devant	PD reprend PdC après ¼ T D
7&8	Chassé en avant	PG pose devant	PD bloque derrière PG PG pose devant

Séquence 4

TOE STRUTS

1-2	Strut PD	PD pose plante devant	PD pose à plat
3&4	Strut PG	PG pose plante devant	PG pose à plat
5-6	Strut PD	PD pose plante devant	PD pose à plat
&7-8	Strut PG	PG pose plante devant	PG pose à plat

Recommencer avec le sourire!

Conventions : PD= Pied Droit – PG=Pied Gauche – D=Droite – G=Gauche – PdC = Poids du corps