



HEAVY ON ME

Musique : Heavy On Me de Andy Penkow

Chorégraphe : Rose Mézière (11 / 2024)

Type : ligne , 48 temps , 1 mur modifié (2 restarts)

Niveau : ultra débutant

Intro : 16 temps

1-8 : SECTION 1 : VINE TO R , TOUCH , VINE TO L , TOUCH

1-3 : vine : pas PD à D , croiser PG derrière PD , pas PD à D

4 : touch : toucher PG à côté PD

5-7 : vine : pas PG à G , croiser PD derrière PG , pas PG à G

8 : touch : toucher PD à côté PG

9-16 : SECTION 2 : WALKS x 4 , STEP ¼ TURN , STEP ¼ TURN

1-2-3-4 : walks : pas PD devant , pas PG devant , pas PD devant , pas PG devant

5-6 : step ¼ turn : pas PD devant , pivoter d' ¼ de tour à G (finir appui PG)

7-8 : step ¼ turn : pas PD devant , pivoter d' ¼ de tour à G (finir appui PG)

RESTARTS : ici aux 3^{ème} (6 h) et 6^{ème} murs (12 h) , reprendre la danse au début

17-24 : SECTION 3 : WALKS x 4 , STEP ¼ TURN , STEP ¼ TURN

1-2-3-4 : walks : pas PD devant , pas PG devant , pas PD devant , pas PG devant

5-6 : step ¼ turn : pas PD devant , pivoter d' ¼ de tour à G (finir appui PG)

7-8 : step ¼ turn : pas PD devant , pivoter d' ¼ de tour à G (finir appui PG)

25-32 : SECTION 4 : K STEPS

1-2 : K steps : { pas PD en diagonale avant D , toucher PG à côté PD

3-4 : { pas PG en diagonale arrière G , toucher PD à côté PG

5-6 : { pas PD en diagonale arrière D , toucher PG à côté PD

7-8 : { pas PG en diagonale avant G , toucher PD à côté PG

33-40 : SECTION 5 : SIDE , TOUCH , SIDE , TOUCH , ROCKING CHAIR

1-2 : side : pas PD à D , touch : toucher PG à côté PD

3-4 : side : pas PG à G , touch : toucher PD à côté PG

5-6 : rocking chair : { pas PD devant (appui PD) , revenir sur PG (appui PG)

7-8 : { pas PD derrière (appui PD) , revenir sur PG (appui PG)

41-48 : SECTION 6 : SIDE , TOUCH , SIDE , TOUCH , JAZZ BOX CROSS

1-2 : side : pas PD à D , touch : toucher PG à côté PD

3-4 : side : pas PG à G , touch : toucher PD à côté PG

5-6 : jazz box cross : { croiser PD devant PG , pas PG derrière

7-8 : { pas PD à D , croiser PG à côté PD

Garder le sourire et recommencer au début