



SPRINGSTEEN

Musique : Springsteen de Eric Church (104 BPM / WCS binaire)

Chorégraphe : Gail Smith (09 / 2011)

Type : Ligne , 64 temps , 2 murs (4 restarts)

Niveau : Intermédiaire

Intro : 16 temps

1-8 : WALKS , HEEL SWITCHES , BALL , WALKS , HEEL SWITCHES

- 1-2 : walks : un pas PD devant , un pas PG devant
- 3& : heel switch : poser talon D devant , ramener rapidement PD à côté PG
- 4& : heel switch : poser talon G devant , ramener rapidement PG à côté PD
- 5-6 : walks : un pas PD devant , un pas PG devant
- 7& : heel switch : poser talon D devant , ramener rapidement PD à côté PG
- 8& : heel switch : poser talon G devant , ramener rapidement PG à côté PD

9-16 : ROCK STEP , BACK SHUFFLE , BACK WALKS , COASTEER CROSS

- 1-2 : rock step : un pas PD devant (appui PD) , revenir sur PG (appui PG)
- 3&4 : triple back : un pas PD derrière , PG à côté PD , un pas PD derrière
- 5-6 : back walks : un pas PG derrière , un pas PD derrière
(option plus difficile : full turn : ½ tour à G , un pas PG devant , ½ tour à G , un pas PD derrière)
- 7&8 : coaster cross : un pas PG derrière (sur ball) , un pas PD derrière (sur ball) , croiser PG devant PD

17-24: KICK BALL CROSSES , SIDE ROCK , CROSS SHUFFLE

- 1&2 : kick ball cross : kick PD devant , ramener PD à côté PG , croiser PG devant PD
- 3&4 : kick ball cross : kick PD devant , ramener PD à côté PG , croiser PG devant PD
- 5-6 : side rock : un pas PD à D (appui PD) , revenir sur PG (appui PG)
- 7&8 : cross shuffle : croiser PD devant PG , un pas PG à G , croiser PD devant PG

25-32 : KICK BALL CROSSES , SIDE ROCK ¼ TURN , SHUFFLE

- 1&2 : kick ball cross : kick PG devant , ramener PG à côté PD , croiser PD devant PG
- 3&4 : kick ball cross : kick PG devant , ramener PG à côté PD , croiser PD devant PG
- 5-6 : side rock ¼ turn : un pas PG à G (appui PG) , ¼ de tour à D et revenir sur PD (appui PD)
- 7&8 : shuffle : un pas PG devant , PD à côté PD , un pas PG devant

RESTART : ici au 5ème mur reprendre la danse au début

33-40 : STEP , POINT , CROSS ROCK , POINT , CROSS , POINT , CROSS ROCK , POINT

- 1-2 : step : un PD devant , point : toucher pointe G à G
- 3&4 : cross rock : un pas PG derrière (appui PG) , revenir sur PD (appui PD) , point : toucher pointe G à G
- 5-6 : cross : croiser PG devant PD , point : toucher pointe D à D
- 7&8 : cross rock : un pas PD derrière (appui PD) , revenir sur PG (appui PG) , point : toucher pointe D à D



SPRINGSTEEN (suite)

41-48 : SAILOR ¼ TURN , STEP ½ TURN , SHUFFLE , FULL TURN

- 1&2 : sailor ¼ turn : croiser PD derrière PG , PG à côté PD , ¼ de tour à D , un pas PD devant
3-4 : step ½ turn : un pas PG devant , ½ tour à D (finir appui PD)
5&6 : shuffle : un pas PG devant , PD à côté PG , un pas PG devant
7-8 : full turn : ½ tour à G , un pas PD derrière , ½ à G , un pas PG devant

49-56 : CROSS ROCK , CHASSE , CROSS ROCK , ¼ TURN SHUFFLE

- 1-2 : cross rock : croiser PD devant PG (appui PD) , revenir sur PG (appui PG)
3&4 : chasse : un pas PD à D , PG à côté PD , un pas PD à D
5-6 : cross rock : croiser PG devant PD (appui PG) , revenir sur PD (appui PD)
7&8 : chasse ¼ turn : un pas PG à G , PD à côté PG , ¼ de tour à G , un pas PG devant

RESTART : ici aux 2 , 4 et 6ème reprendre la danse au début

57-64 : STEP ¼ TURN , CROSS SHUFFLE , ½ PIVOT TURN & ¼ TURN SHUFFLE

- 1-2 : step ¼ turn : un pas PD devant , ¼ de tour à G (finir appui PG)
3&4 : cross shuffle : croiser PD devant PG , un pas PG à G , croiser PD devant PG
5-6 : ½ pivot turn : ¼ de tour à D , un pas PG derrière , ¼ de tour à D , un pas PD devant
7&8 : ¼ turn shuffle : ¼ de tour à D , un pas PG devant , PD à côté PG , un pas PG devant

Garder le sourire et recommencer au début

Ligérienne Country : 70 rue Ligérienne 49800 La Daguenière
<http://ligeriennecountry.com/>