



A WOMAN'S RANT

Musique : A Woman's Rant de Jo Dee Messina

Chorégraphe : Séverine Fillion (01 / 2015)

Type : Ligne , 56 temps , 4 murs (polka)

Niveau : Intermédiaire

Intro : 16 temps

1-8 : TRIPLE STEP RIGHT & LEFT , STEP , TOUCH & KICK & TAP

1&2 : **triple step** : un pas PD devant , PG à côté PD , un pas PD devant

3&4 : **triple step** : un pas PG devant , PD à côté PG , un pas PG devant

5-6 : **step** : un pas PD devant , **touch** : toucher pointe G juste derrière PD

&7 : **switch** : ramener PG à côté PD , **kick** PD devant

&8 : **switch** : revenir sur PD devant , **tap** : taper pointe G juste derrière PD

9-16 : TRIPLE BACK , COASTER STEP , ¼ TURN & SIDE , TOUCH , KICK BALL CROSS

1&2 : **triple back** : un pas PG derrière , PD à côté PG , un pas PG derrière

3&4 : **coaster step** : un pas ball D derrière , un pas ball G derrière , un pas PD devant

5-6 : **¼ turn side** : pivoter d' ¼ de tour à D , un grand pas PG à G , **touch** : toucher PD à côté PG

7&8 : **kick ball cross** : kick PD en diag D , ramener PD à côté PG , croiser PG devant PD

17-24 : TRIPLE ¼ TURN , ROCK STEP , TRIPLE FULL TURN , STEP , HEEL SPLIT

1&2 : **¼ turn triple** : ¼ de tour à D , un pas PD devant , PG à côté PD , un pas PD devant

3-4 : **rock step** : un pas PG devant (appui PG) , revenir sur PD (appui PD)

5&6 : **triple full turn** : ½ tour à G un pas PG devant , PD à côté PG , ½ tour à G , un pas PG derrière

7&8 : **step** : un pas PD devant , **heel split** : écarter les talons , ramener les talons au centre

25-32 : WALKS BACKWARD WITH HEEL SPLIT , COASTER STEP , STEP ½ TURN

1&2 : **back** : un pas PD derrière , **heel split** : écarter les talons , ramener les talons au centre

3&4 : **back** : un pas PG derrière , **heel split** : écarter les talons , ramener les talons au centre

5&6 : **coaster step** : un pas ball D derrière , un pas ball G derrière , un pas PD devant

7-8 : **step ½ turn** : un pas PG devant , ½ tour à D (finir appui PD)

33-40 : STOMP , BOUNCE (L & R) , HEEL SWITCH , HEEL , HOOK , HEEL

1&2 : **stomp** PG devant , **bounce** : soulever et reposer talon G sur place
&3&4 : **switch** : revenir appui PG , **stomp** PD devant , **bounce** : soulever et reposer talon D sur place
&5&6 : revenir appui PD , **heel** : poser talon PG devant , revenir appui PG , **heel** : poser talon PD devant
&7&8 : revenir appui PD , **heel** : poser talon PG devant , **hook** : ramener talon G devant tibia D
8& : **heel** : poser talon PG devant , **switch** : ramener PG à côté PD

RESTART : ici au **2ème mur** reprendre la danse au début

41-48 : STOMP , BOUNCE (R & L) , HEEL SWITCH , STOMP , ¼ TURN & KICK , HOOK

1&2 : **stomp** PD devant , **bounce** : soulever et reposer talon D sur place
&3&4 : revenir appui PG , **stomp** PD devant , **bounce** : soulever et reposer talon D sur place
&5&6 : revenir appui PD , **heel** : poser talon PG devant , revenir appui PG , **heel** : poser talon PD devant
&7&8 : revenir appui PD , **heel** : poser talon PG devant , **hook** : ramener talon G devant tibia D
8& : **heel** : poser talon PG devant , **switch** : ramener PG à côté PD

49-56 : TRIPLE , STEP ½ TURN , STOMP , STOMP , APPLEJACKS

1&2 : **triple step** : un pas PD devant , PG à côté PD , un pas PD devant
3-4 : **step ½ turn** : un pas PG devant , ½ tour à D
5-6 : **stomp** PG sur place , **stomp** PD à côté PG
&7&8 : **applejacks** : en appui sur pointe G et talon D , pivoter à D , revenir au centre
pivoter à G , revenir au centre

TAG : à la fin du **3ème** : reprendre 1 fois les 8 derniers temps puis reprendre la danse au début

TAG : à la fin du **5ème** : reprendre 3 fois les 8 derniers temps puis reprendre la danse au début

Garder le sourire et recommencer au début

Ligérienne Country : 70 rue Ligérienne 49800 La Daguinière

<http://ligeriennecountry49.com/>