

Ourselves



Chorégraphes : Valérie Del Campo & Quim Aymerich (FRA/ESP - 2016)

Niveau : Intermédiaire

Description : danse en ligne, phrasée, 58 temps (A 26 temps - 2 murs, B 32 temps - 2 murs), Ending

Phrases : AA – BB – AA – B – B - 8 premiers temps pour finir

Musique : "In Spite Of Ourselves" (160 bpm) par Kirsty Lee Akers feat. Bob Evans (CD : Naked)

Démarrage : sur les paroles

PARTIE A (26 temps)

(1 à 8) **WALK, WALK, SHUFFLE, MANBO ½ TURN, MANBO TOUCH**

1-2 PD devant, PG devant

3&4 PD devant, PG à côté PD, PD devant

5&6 Rock avant PG avec PdC, retour PdC sur PD, 1/2 tour à G avec PG devant (06:00)

7&8 Rock latéral PD à D, retour PdC sur PG, Touch PD à côté PG

(9 à 16) **ROCKING CHAIR, WEAVE, ROCKING CHAIR, WEAVE**

1&2& Rock avant PD avec PdC, retour PdC sur PG, Rock arrière PD avec PdC, retour PdC sur PG

3&4& (avec déplacement minimum) PD à D, PG croisé derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD

5&6& Rock avant PD avec PdC, retour PdC sur PG, Rock arrière PD avec PdC, retour PdC sur PG

7&8& (avec déplacement minimum) PD à D, PG croisé derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD

(17 à 24) **ROCK ¼ TURN STEP, SHUFFLE, TRIPLE ¾ TURN, MAMBO BACK**

1&2 Rock latéral PD à D avec PdC, retour PdC sur PG avec 1/4 tour à G, PD devant (03:00)

3&4 PG devant, PD à côté PG, PG devant

5&6 PD devant, PG à côté PD avec 1/2 de tour G, PD à côté PG avec 1/4 tour à G (06:00)

7&8 Rock arrière PG avec PdC, retour PdC sur PD, PG à côté PD

(25 à 26) **HEEL SWITCHES X2**

1&2& Touch avant talon PD, PD à côté PG, Touch avant talon PG, PG à côté PD (06:00)

PARTIE B (32 temps)

(1 à 8) **WEAVE, ROCK CROSS, WEAVE, ROCK CROSS**

1&2& PD à D, PG croisé derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD

3&4 Rock latéral PD à D avec PdC, retour PdC sur PG, PD croisé devant PG

5&6& PG à G, PD croisé derrière PG, PG à G, PD croisé devant PG

7&8 Rock latéral PG à G avec PdC, retour PdC sur PD, PG croisé devant PD (12:00)

(9 à 16) **SHUFFLE, STEP ½ TURN STEP, SHUFFLE, STEP ½ TURN STEP**

1&2 PD devant, PG à côté PD, PD devant

3&4 PG devant, 1/2 tour à D avec PdC sur PD, PG devant (06:00)

5&6 PD devant, PG à côté PD, PD devant

7&8 PG devant, 1/2 tour à D avec PdC sur PD, PG devant (12:00)

(17 à 24) **STEP, STEP, PADDLE TURN, STEP TOUCH X2**

1-2 PD devant, PG devant (dans diagonale G)

3&4& 1/8 tour à G (09:00), Touch PD à D, retour PdC sur PG, 1/4 tour à G (06:00), Touch PD à D, retour PdC sur PG

5&6& 1/4 tour à G (03:00), Touch PD à D, retour PdC sur PG, 1/4 tour à G (12:00), Touch PD à D, retour PdC sur PG

7&8& PD à D, Touch PG à côté PD, PG à G, Touch PD à côté PG

(24 à 32) **RUMBA BOX ½ TURN, COASTER STEP, SHUFFLE, JAZZ BOX, TOUCH**

1&2 PD à D, PG à côté PD, PD devant avec 1/2 tour à G (PdC sur PD) (06:00)

3&4 PG derrière, plante PD à côté PG, PG devant

5&6 PD devant, PG rejoint PD, PD devant

7&8& PG croisé devant PD, PD derrière, PG à côté PD, Touch PD à côté PG

ENDING pour finir la danse face à 12:00, remplacer le 8ème temps de la "Partie B" par : 1/2 tour à G, Stomp PG à côté PD

Abréviations : PD = Pied Droit - PG = Pied Gauche - D = Droite - G = Gauche - PdC = Poids du Corps

Source : <http://dallascountrydelmonestir.fr>

Réalisation : <http://www.aboutwesternlinedance.fr>

Fiche modifiée le 18/04/2017