

CLEAR ISABEL

MUSIQUE « Clear Isabel » Aaron WATSON - Bpm 109

CHOREGRAPHE Flo MORESTEPS - mai 2017

Niveau débutant 32 temps 4 murs 1 restart au 5^{ème} mur - Style POLKA

Départ 2 x 8 temps



SECTION 1 : STEP, STEP, MAMBO, BACK, BACK, COASTER STEP

- 1-2 avancer PD, avancer PG
- 3&4 avancer PD, retour pdc PG, reculer PD
- 5-6 reculer PG, reculer PD
- 7&8 reculer PG, PD rejoint PG, avancer PG

***RESTART : ici sur le 5^{ème} mur (face à 12h), on reprend la danse depuis le début**

SECTION 2 : SIDE, TOGETHER, SIDE TRIPLE, STEP ¼ TURN, CROSS SHUFFLE

- 1-2 poser PD à D, poser PG à côté PD
- 3&4 pas chassé à D : poser PD à D, PG rejoint PD, poser PD à D
- 5-6 avancer PG, ¼ de tour à D (pdc PD)
- 7&8 croiser PG devant PD, poser PD à D, croiser PG devant PD

3h

SECTION 3 : SIDE ROCK, HALF FIGURE OF EIGHT, RECOVER

- 1-2 poser PD à D, retour pdc PG
- 3-4 croiser PD derrière PG, ¼ de tour à G en posant PG devant
- 5-6 avancer PD, ½ tour à G (pdc PG)
- 7-8 ¼ tour à G poser PD à D, retour pdc PG

12h

6h

3h

SECTION 4 : JAZZ BOX, V STEP

- 1-2 croiser PD devant PG, reculer PG
- 3-4 poser PD à D, avancer PG
- 5-6 avancer PD diagonale avant D, avancer PG diagonale avant G
- 7-8 reculer PD au centre (position de départ), PG rejoint PD

Good luck 🙏 , good dance 🥳 !

D : droite - G : gauche - PD : pied droit - PG : pied gauche - pdc : poids du corps

Fiche préparée par Léa Country Dance, se référer à la fiche de danse originale du chorégraphe qui seule fait foi.

Contact :

leacountrydance@gmail.com

<https://www.facebook.com/lea.country.dance>

<https://www.leacountrydance.fr/>

<https://www.youtube.com/channel/UC4AkjfN85X6WbYK0g2XWkrA>