

RUNNING

Style : Catalan

Niveau : Intermédiaire

Phrasée A – B – Tags + Restart - 72 temps

Musique : « Saw you running » Nathan CARTER

Chorégraphie : Béatrixie des HHC

Partie A 1

Section 1: Weave right – Rock side – ½ turn – Step side – Hold

(1-2) PD à D – PG croisé derrière PD

(3-4) PG croisé devant PD

(5-6) Rock step PD à D – Retour sur PG – ½ tour D

(7-8) PD à D – Pause

Section 2 : Weave left – Rock side ¾ turn – Step side – Hold

(1-4) PG à G – PD croisé derrière PG - PG à G – PD croisé devant PG

(5-6) Rock step PG à G – Retour sur PD

(7-8) ¾ tour à G – Pause

Section 3 : Scissor step – Hold – Toe side – Scuff – Hold

(1-4) PD derrière diagonal D – PG derrière - PD croisé devant PG – Pause

(5-8) Touche pointe G à G – Scuff PG à côté PD - PG croisé devant PD – Pause

Section 4 : Rock step back jump – Stomp Hold – Rock back jump – Stomp - Hold

(En sautant)

(1-4) Rock step PD derrière Kick PG devant – Retour sur PG - Stomp PD à côté PG - Pause

(En sautant)

(5-6) Rock step PG derrière Kick devant – Retour sur PD

(7-8) Stomp PG à côté PD – Pause

Section 5 : Stomp – Swivel Toe - Heel – Step – Hook – Step hook

(1-2) Stomp PD à côté PG – Swivel pointe D à D

(3-4) Swivel talon D à D – Swivel talon D à G

(5-6) Step PD à D – Hook G derrière tibia D

(7-8) Step PG à G – Hook D derrière tibia G

Section 6 : Coaster step – Hold – Toe strut – ½ turn – Toe strut

(1-4) PD devant - PG à côté PD - PD derrière - Pause

(5-8) ½ tour G – Touch pointe G devant - Touche point D devant – Poser talon D au sol

Section 7 : Step fwd – Pivot ½ turn -Step fwd hold – Full turn twice

(1-4) PD devant – Pivot ½ tour D (PDC/PD) – PG devant - Pause

(5-8) ½ tour à G – PD derrière – ½ tour à G PG devant – ½ tour à G – PD derrière – ½ tour à G – PD devant

Section 8 : Rock side cross X 2

(1-4) Rock PD à D – Retour sur PG – Croiser PD devant PG - Pause

(5-8) Rock PG à G – Retour sur PD – Croiser PG devant PD – Pause

Section 9 : Right Kick – Hook – Kick – Toe back- Unweed right – ¼ turn - Stomp

(1-4) Kick PD devant – Hook PD devant tibia G – Kick PD devant – Touche pointe D derrière

(5-8) ¼ tour à D sur PG – Stomp PD

Partie B

Section 1 : Right jazz box – Stomp – Rock step fwd – ½ turn – Toe strut

(1-4) PD croisé devant PG – PG derrière – PD à D – Stomp PG à côté PD

(5-8) Rock step PD devant Retour sur PG – ½ tour à D – Toe strut avec PD devant

Section 2 : ¼ tour Toe strut – Rock back – Kick – Stomp fwd (X2) – Swivel heel right

(1-4) ¼ tour à D – Touche pointe PG à G – Poser talon G au sol – Rock step arrière PD retour sur PG
(5-8) Stomp PD à côté PG – Stomp PD devant – Swivel talons à D – Retour talons au centre

Section 3 : Vaudeville – Rock step fwd – ½ turn – Toe strut

(1-4) PD croisé devant PG – PG à G – Talon devant
(5-6) Rock step PG devant Retour sur PD ½ tour à G
(7-8) Toe strut PG devant

Section 4 : ¼ turn – Toe strut – Rock step back – Step pivot ½ turn – Toe strut – ½ turn right

(1-4) ¼ tour à G – Touche pointe D côté – Poser talon D au sol
(5-6) Rock step back PD – PG devant – Pivot ½ tour à D
(7-8) PDC/PD + Touche pointe G devant – ½ tour à G – poser talon au sol

Section 5 : (En sautant) Rocking chair cross – ½ turn – twister kick twice

(1-4) Rock PD devant retour sur PG – Rock PD derrière retour sur PG (en sautant)
(5-8) Kick PD devant ½ tour à G retour sur PD – Flick G derrière – ½ tour G devant retour sur PG – Flick D derrière

Section 6 : Rocking chair – Riglit kick – Flick - Stomp

(1-4) Rock PD devant retour sur PG – Rock PD derrière retour sur PG
(5-8) Kick PD devant – Stomp PD à côté PG – Flick PD derrière – Stomp up PD à côté PG

Refaire section 5 et 6

Tag 1 : (6 temps)

(1-2) ½ tour à D – Toe strut PD devant
(3-4) ½ tour à D – Toe strut PG derrière
(5-6) Rock step PD arrière retour sur PG

Tag 2 : Partie B

Danser jusqu'à la section n°3, faire le rock step PD ½ tour au lieu du ¼ de tour

Tag 2 :

(1-4) Rocking chair cross PD

en sautant :

(5-6) Rock step cross PD

(7-8) Step PD à D – Rock step PG

(1-4) Kick G devant – Poser PG à G – Stomp PD à côté PG – Pause

Restart Partie B

Tag 3 : Section n°4

Faire 3 ½ tour en pivot

Reprendre sur le mur de 12 h

Refaire partie B + Final

Final :

Section 1 : Toe strut ½ turn back twice – Heel touches

(1-4) Touche PD derrière – ½ tour D poser talon D au sol – Touche PG devant – ½ tour D poser talon G au sol
(5-8) Touche talon D devant – Touche talon G devant

Section 2 : Toe strut ½ turn fwd twice – Heel touches

(1-4) Touche PD devant – ½ tour G poser PD au sol – Touche PG derrière – ½ tour G poser talon G au sol
(5-8) Touche talon D devant – Touche talon G devant

Section 3 : Grapewine – Stomp – Swivels – Rocking chair – Rock step – Rock step

(1-4) PD à D – PG croisé derrière PD – PD à D – Stomp PG à côté PD

(5-8) Swivels talons vers la G et vers la D –

(En sautant)

(1-8) Cross rockstep PD – Rock step PD derrière – Cross rock step PD – Step PD à D – (1-4) Cross rock step PG – Stomp devant

SEQUENCE

*** B – 48 temps *** Tag 1 *** A 1 – 72 temps *** B – 48 temps *** Tag 1 *** A 2 – 72 temps ***

*** B – Restart sections (5 et 6) *** B – 24 temps *** Tag 2 *** B – 32 temps *** Tag 3 *** FINAL ***

PHRASE

B / Tag 1 / A 1 / B / Tag 1 / A 2 / B / B / B / B / Tag 2 / B / Tag 3 / B / Final

Partie A 2

Section 1: Weave right – Rock side – ½ turn – Step side – Hold

(1-2) PD à D – PG croise derrière PD

(3-4) PG croise devant PD

(5-6) Rock step PD à D – Retour sur PG – ½ tour D

(7-8) PD à D – Pause

Section 2 : Weave left – Rock side ¼ turn – Step side – Hold

(1-4) PG à G – PD croisé derrière PG - PG à G – PD croisé devant PG

(5-6) Rock step PG à G – Retour sur PD

(7-8) ¼ tour à G – Pause

Section 3 : Scissor step – Hold – Toe side – Scuff – Hold

(1-4) PD derrière diagonal D – PG derrière - PD croise devant PG – Pause

(5-8) Touche pointe G à G – Scuff PG à côté PD - PG croisé devant PD – Pause

Section 4 : Rock step back jump – Stomp Hold – Rock back jump – Stomp - Hold

(En sautant)

(1-4) Rock step PD derrière Kick PG devant – Retour sur PG - Stomp PD à côté PG - Pause

(En sautant)

(5-6) Rock step PG derrière Kick PD devant – Retour sur PD

(7-8) Stomp PG à côté PD – Pause

Section 5 : Stomp – Swivel Toe - Heel – Step – Hook – Step hook

(1-2) Stomp PD à côté PG – Swivel pointe D à D

(3-4) Swivel talon D à D – Swivel talon D à G

(5-6) Step PD à D – Hook G derrière tibia D

(7-8) Step PG à G – Hook D derrière tibia G

Section 6 : Coaster step – Hold – Toe strut – ½ turn – Toe strut

(1-4) PD devant - PG à côté PD - PD derrière - Pause

(5-8) ½ tour G – Touch pointe G devant - Touche point D devant – Poser talon D au sol

Section 7 : Step fwd – Pivot ½ turn -Step fwd hold – Full turn twice

(1-4) PD devant – Pivot ½ tour D (PDC/PD) – PG devant - Pause

(5-8) ½ tour à G – PD derrière – ½ tour à G PG devant – ½ tour à G – PD derrière – ½ tour à G – PD devant

Section 8 : Rock side cross X 2

(1-4) Rock PD à D – Retour sur PG – Croiser PD devant PG - Pause

(5-8) Rock PG à G – Retour sur PD – Croiser PG devant PD – Pause

Section 9 : Right Kick – Hook – Touc – Toe back- Unweel right – ¾ turn – Right Stomp

(1-4) Kick PD devant – Hook PD devant tibia G – Kick PD devant – Touche pointe D derrière

(5-8) ¾ tour à D sur PG – Stomp PD