

Basic Heel

Rafel Corbi (Espagne)

Ligne, 4 murs, 32 t
Débutant Absolu

Séquence 1 Heel-Return Twice - Heel-Hook-Heel-Return

1-2	Talon G-Ramener	PG pose talon devant, PG pose près du PD
3-4	Talon D-Ramener	PD pose talon devant, PD pose près du PG
5-6	Talon G-"crochet"	PG pose talon devant, PG talon monte devant jambe D
7-8	Talon G-Ramener	PG pose talon devant, PG pose près du PD

Séquence 2 Heel-Hook-Heel-Return, Swivels

1-2	Talon D-"crochet"	PD pose talon devant, PD talon monte devant jambe G
3-4	Talon D-Ramener	PD pose talon devant, PD pose près du PG
5-6	Ecarter-Ramener	PD-PG talons s'écartent vers l'extérieur, Revenir au centre
7-8	Ecarter-Ramener	PD-PG talons s'écartent vers l'extérieur, Revenir au centre (PdC PD)

Séquence 3 Modified grapevine, steps forward & stomp up

1-2-3	Vine 1/4 tour D	PG pose à G, PD pose derrière PG, PG pose à G avec 1/4 tour D
4	Hook	PD monte talon devant jambe G
5-6	Avancer x2	PD avance, PG avance
7-8	Avancer, Stomp	PD avance, PG frappe le sol près du PD (PdC sur PD)

Recommencer avec le sourire!

Conventions : PD= Pied Droit - PG=Pied Gauche - D=Droite - G=Gauche - PdC = Poids du corps

Musique recommandée

Honky Tonk Heart -

Highway 101 - CD "Greatest Hits"

Cd cover

142 bpm - 2 step

Musiques d'apprentissage

We The People - Billy Ray Cyrus

Honky Tonk - Billy Yates