

THE ONE

Chorégraphie : THE ONE

24 comptes, 4 murs, 1 restart

Niveau : débutante

Ecrit par Véronique DAILLY, le 17 mai 2022

Sur une musique de ABBEY CONE, THE ONE

Lien vidéo et musique : <https://www.youtube.com/watch?v=3K0czpXNSKM>. Country music

Lien vidéo démonstration et explication de la chorégraphie :

<https://www.youtube.com/watch?v=RCG7kx73-o8>

<https://www.youtube.com/watch?v=isQbRu4nWNw>

Introduction : 3 x 8 comptes

Section 1 :

STEP, LOCK, STEP LOCK STEP FORWARD, STEP FORWARD, PIVOT 1/2 RIGHT, SHUFFLE FORWARD

1- 2-3 & 4 : PD devant avec PDC, lock PG croisé derrière PD avec PDC, PD devant, lock PG croisé derrière PD avec PDC et PD devant

5-6-7 & 8 : PG devant, pivot 1/2 tour à droite, pas chassé devant G D G

Restart ici : au 5^{ème} mur. Le mur démarre à midi et le restart se fait face à 6 heures.

Section 2 :

STEP, PIVOT 1/4, STEP, PIVOT 1/4, WEAWE TO THE LEFT, STEP 1/4

1-2-3-4 : poser PD devant, pivoter 1/4 gauche, poser PD devant, pivoter 1/4 à gauche, PDC sur PG

5-6-7-8 : croiser PD devant PG, PG à gauche, croiser PD derrière PG, 1/4 à gauche avec PG devant et PDC

Section 3 :

ROCK STEP FORWARD, SHUFFLE 1/2, SIDE ROCK, VAUDEVILLE :

1-2-3 & 4 : poser PD en avant, revenir PDC sur PG, 1/2 tour vers la droite et shuffle devant D G D

5-6-7 & 8-& : poser PG à gauche, revenir PDC sur PD, PG croisé devant PD avec PDC, PD à D avec PDC, toucher avant talon PG dans diagonale, rassemble PG à côté PD avec PDC (&)

PD = pied droit

PG = pied gauche

PDC = poids du corps

Contact : daillyveronique@yahoo.fr