



BRUISES

Description : Danse en ligne ou partner- Two step – Novice + - 32 temps - 4 murs - 3 restarts

Musique : "Bruises" - TRAIN feat Ashley Monroe - Album California 37

(téléchargement – download on I.Tunes & Amazon)

Chorégraphe : Myriam Ben Messaoud & Sandra Souillard (France) – Novembre 2012

You tube channel : **Myriam BEN MESSAOUD**

Mail : benmessaoudmyriam@gmail.com

Section 1 : Walk - Walk – Rock step back – Walk Walk – Coaster step

1 - 2 : Marche D – marche G

3 & 4 : rock step avant D et recule le D (rock step avant D syncopé en reculant D)

5 - 6 : Recule G- recule D

7 & 8 : Coaster step

Section 2 : Side R– Shuffle R – Side L – Shuffle L

1 - 2 : D à droite. Rassemble G à côté du D

3 & 4 : Pas chassés à droite

5 - 6 : G à G – Rassemble G à côté du D

7 & 8 : Pas chassés à gauche

Section 3 : Rocks step R Forward - Triple Full turn – Rock step forward L– Triple Full turn

1 - 2 : Rock step avant D

3 & 4 : Triple full turn (tour complet vers la droite) *ou variante : coaster step*

5 - 6 : Rock step avant G

7 & 8 : Triple full turn (tour complet vers la gauche) *ou variante : coaster step*

Section 4 : Toe – Toe - Coaster step – Toe- Toe- Coaster step ¼

1 - 2 : Pointe D avant – pointe D coté

3 & 4 : Coaster step

5 - 6 : Pointe G avant – Pointe G coté

7 & 8 : Coaster step ¼ tour à gauche

RESTART : **Mur 4 – Fin de la section 3 à 3h**

Mur 7 – Fin de la section 3 à 6h

Mur 8 - Fin de la section 3 à 6h : la musique s'arrête. On attend et on reprend la danse du début...

Et recommencer du début...en gardant le "smile"!

Et n'oubliez pas, c'est un two step, qui peut aussi se danser en partner!