



Traduction
et mise en page :

Marie-France

NTA fundamental V

www.kicknclap.com

Left Alone

Choregraphe : MF Simon

Ligne, 32 temps, 4 murs, 1 tag + 1 restart

Débutants

Conventions : PD= Pied Droit -PG=Pied Gauche -D=Droite -G=Gauche -PdC = Poids du corps-(3°p) =3° position

Séquence 1 WALK, HOLD, WALK, HOLD, ROCK STEP, BACK STEP, HOLD				
1-2	Avancer-Rester	PD	avance	Rester
3-4	Avancer-Rester	PG	avance	Rester
5-6	Rock step devant	PD	pose devant	PG reprend PdC sur place
7-8	Reculer-Rester	PD	recule	Rester
12 h				
Séquence 2 WALK BACK, HOLD, WALK BACK, HOLD, BACK-BACK-FORWARD STEP, HOLD				
1-2	Reculer-Rester	PG	recule	Rester
3-4	Reculer-Rester	PD	recule	Rester
5-6	En arrière-assembler	PG	recule sur plante	PD rejoint PG, sur plante
7-8	Avancer-Rester	PG	pose devant	Rester
12h				
Séquence 3 STEP SIDE R, HOLD, STEP LEFT TO RIGHT FOOT, HOLD, STEP SIDE-TOGETHER-SIDE, HOLD				
1-2	Côté-Rester	PD	pose à D	Rester
3-4	Côté-Rester	PG	pose près du PD	Rester
5-6	Côté D-assembler	PD	pose à D	PG pose près du PD
7-8	côté-Rester	PD	pose près du PG	Rester
12h				
<i>Restart ici au 11 ème mur (pont musical) - modifier le transfert de PdC - voir ci-dessous)</i>				
Séquence 4 STEP LEFT 1/4 L, HOLD, STEP RIGHT 1/4 L, HOLD, SAILOR STEP 1/4 TURN L				
1-2	1/4 tour G-rester	PG	pose à G avec 1/4 G	Rester
3-4	1/4 tour G-rester	PD	pose à D avec 1/4 tour G	Rester
5-6	Derrière-Côté 1/4 G	PG	pose derrière PD	PD pose à D avec 1/4 tour
7-8	Côté-Rester	PG	pose à G	Rester
9h 6h 3h				

TAG - à la fin du mur 6 - ajouter les 8 temps suivants :

- 1-2 PD pose à D - Rester
- 3-4 PG touch près du PD - Rester
- 5-6 PG pose à G - Rester
- 7-8 PD touch près du PG - Rester

RESTART -

11ème mur, ne pas danser les 8 derniers temps, reprendre au début, à la fin du pont musical, au mur de 6h

Modifier comme suit la séquence 3:

- 1-2 PD pose à D - Hold
- 3-4 PG pose près du PD - Hold
- 5-6 PD pose près du PG Hold
- 7-8 PG pose sur place - Hold

Recommencer avec le sourire!

Musique :

Diggin' Up Bones - Randy Travis (2Step)

Intro : 8 temps