

MGNO



Chorégraphe : Françoise Guillet (FRA - 2016)

Niveau : Novice

Description : danse en ligne, 32 temps, 4 murs, 1 Restart

Musique : MGNO (My Girl Night Out) (121 bpm) par Russell Dickerson (CD : Yours, EP)

Démarrage : après intro de 16 temps

(1 à 8) **WALK R, L, OUT, OUT, IN, CROSS, UNWIND ½ TURN R, R TOUCH, R KICK BALL STEP FWD**

1-2 PD devant, PG devant

&3&4 PD à D ("Out"), PG à G ("Out"), retour PD au centre ("In"), PG croisé devant PD

5-6 Unwind 1/2 tour à D (PdC sur PG), Touch PD à côté PG (06:00)

7&8 Kick avant PD, plante PD à côté PG, PG légèrement devant

(9 à 16) **R SYNCOPED JAZZ BOX, RF SIDE, LF BACK ROCK, TOGETHER, RF BACK ROCK**

1-2 PD croisé devant PG, PG derrière

&3-4 PD à côté PG, PG croisé devant PD, PD à D (avec PdC)

5-6 Rock arrière PG avec PdC, retour PdC sur PD

&7-8 Plante PG à côté PD, Rock arrière PD avec PdC

Restart ici sur le 5ème mur

(17 à 24) **R ROLLING FINISHED WITH L POINT SIDE, WEIGHT ON L & R TOUCH, RF R SIDE, ½ TURN R & L POINT SIDE**

1-4 1/4 tour à D avec PD devant, 1/2 tour à D avec PG derrière, 1/4 tour à D avec PD à D, PdC sur PD avec Touch pointe PG pointe à G (avec pivot du corps dans diagonale avant D) (06:00)

5-6 Transfert PdC sur PG, Touch PD à côté PG (avec pivot du corps dans diagonale avant G)

7-8 PD à D, 1/2 à D avec PdC sur PD et Touch pointe PG à G (12:00)

(25 à 32) **LF CROSS SHUFFLE, TOE SWITCHES, L BACK SWEEP, R BACK SWEEP, L BACK SWEEP WITH ¼ TURN L, RF TOUCH**

1&2 PG croisé devant PD, plante PD à D, PG croisé devant PD

3&4 Touch pointe PD à D, PD à côté PG, Touch pointe PG à G

5-6 (avec un léger déplacement arrière) PG à côté PD avec Sweep arrière du PG, PD à côté PG avec Sweep arrière du PD

7-8 PG à côté PD avec 1/4 tour à G et Sweep arrière PG, Touch PD à côté PG (09:00)

RESTART

après le 16ème temps du 5ème mur

Abréviations : PD = Pied Droit - PG = Pied Gauche - D = Droite - G = Gauche - PdC = Poids du Corps

Sources : <http://www.ncis-country.com> - Notre vidéo "MGNO" avec la chorégraphe devant les danseurs (bal annuel de "Aber's Country", Plabennec (29) avril 2017) - Réalisation : <http://www.aboutwesternlinedance.fr> - Fiche modifiée le 03/05/2017