



REFLECTION

64Temps 2 murs

Niveau Intermédiaire

Musique Da Roots (ITG ou Folk Mix)

Mind Reflection: Da roots (in the Groove)

Introduction 32 temps

Section 1: Walk, Walk, Kick ball Change, Pivot ¼ over left, Stomp, Stomp (9h00)

1-2 Pas du PD à l'avant, pas du PG à l'avant

3&4 Coup de pied du PD à l'avant, pas sur la plante du PD à côté du PG, pas du PG sur place

5-6 Pas du PD à l'avant, pivot ¼ tour à G (9h00)

7-8 rappe du PD à côté du PG, frappe du PG sur place

Section 2: Rock Forward, Recover, Coaster step, Pivot ½ over right, Shuffle Forward (3h00)

1-2 Pas du PD à l'avant, retour sur le PG

3&4 Pas du PD à l'arrière, pas du PG à côté du PD (sur la plante du pied), pas du PD à l'avant,

5-6 Pas du PG à l'avant, pivot ½ tour à D, (3h00)

7&8 Pas du PG l'avant, pas du PD à côté du PG, pas du PG à l'avant

Section 3: Long Step right, Drag left in, Small side step, Step in, Small Side step, Cross rock, Recover, ¼ left turn Shuffle (12h00)

1-2 Grand pas du PD à D, glisse le PG à côté du PD

&3&4 Pas du PG à côté du PD, pas du PD à D, Pas du PG à côté du PD, pas du PD à D,

5 – 6 Pas du PG croisé devant le PD, retour sur le PD,

7&8 ¼ tour à G et pas du PG à l'avant, pas du PD à côté du PG, pas du PG à l'avant, (12h00)

Section 4: Heel Ball Cross, Heel Ball Cross, Scuff, Hitch, Cross & Cross & Cross (12h00)

1&2 Pose talon D (avec insistance) en diagonale avant D, pas du PD à côté du PG,

Pas du PG croisé devant le PD,

3&4 Pose talon D (avec insistance) en diagonale avant D, pas du PD à côté du PG,

pas du PG croisé devant le PD,

5&6 Frotte le Talon D au sol, lève le genou D en diagonale avant G (11h00), pas du PD croisé devant le PG

&7&8 Pas du PG à G, Pas du PD croisé devant le PG, Pas du PG à G, Pas du PD croisé devant le PG,

Section 5: Side Rock, Recover, Behind side cross, Switches Toe & Toe & Heel & Toe Back (12h00)

1-2 Pas du PG à G, retour sur le PD

3&4 Pas du PG croisé derrière le PD, pas du PD à D, pas du PG croisé devant le PD

5&6 Touche pointe du PD à D, pas du PD à côté du PG, touche pointe du PG à G, pas du PG à côté du PD

7&8 Touche talon D à l'avant, pas du PD à côté du PG, touche pointe du PG à l'arrière,

Section 6: Stomp, Hold, & Stomp, Hold, & Paddle ¼ Left, Paddle ¼ Left (6h00)

&1-2 Pas du PG à côté du PD, frappe le PD à l'avant, pause

&3-4 Pas du PG à côté du PD, frappe le PD à l'avant, pause

&5-6 Pas du PG à côté du PD, Touche pointe du PD à l'avant, ¼ tour à G, (9h00)

7-8 Touche pointe du PD à l'avant, ¼ tour à G, (6h00)

Section 7: Cross Rock, Recover, Side Chasse, Cross Rock, Recover, Side chasse

1-2 Pas du PD croisé devant le PG retour sur le PG

3&4 Pas du PD à D, pas du PG à côté du PD, pas du PD à D

5-6 Pas du PG croisé devant le PD retour sur le PD

7&8 Pas du PG à G, pas du PD à côté du PG, pas du PG à G

Section 8: Kick Ball Step, Kick Ball Step, Pivot ½ over left x2

1&2 Coup de pied du PD à l'avant, pas sur la plante du PD à côté du PG

, pas du PG à l'avant

3&4 Coup de pied du PD à l'avant, pas sur la plante du PD à côté du PG, pas du PG à l'avant,

5-6 Pas du PD à l'avant, Pivot ½ tour à G (12h00)

7-8 Pas du PD à l'avant, Pivot ½ tour à G (6h00)

REPRENDRE AU DEBUT, SANS PERDRE LE SOURIRE !