



LONG LONG WAY

Chorégraphe : The Girls " – Maureen & Michelle JONES – ANGLETERRE / Avril 2008

Source : SPEED'IRENE

Niveau : Novice / Intermédiaire

Description : Ligne Dance, 48 temps - 2 murs // **LILT**

Musique : Long long way - Alan JACKSON - BPM 125/Polka

Man ! I feel like a woman - Shania TWAIN - BPM 127

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 6 / 2011

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 32 temps

HEEL & TOE TOUCHES, CROSS ROCK, SIDE ROCK

- 1** TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗
&2 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH pointe PG sur diagonale arrière G ↘
&3 SWITCH : pas PG à côté du PD - TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗
&4 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G sur diagonale avant G ↘
&5.6 SWITCH : pas PG à côté du PD - CROSS ROCK STEP D devant, revenir sur PG derrière
7.8 ROCK STEP latéral D côté D, revenir sur PG côté G

SAILOR, SAILOR ½ TURN, HEEL ROCK WITH HITCH, RECOVER, BACK ROCK

- 1&2** SAILOR STEP D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD côté D
3&4 SAILOR STEP G : 1/4 de tour G . . . CROSS PG derrière PD - 1/4 de tour G . . . pas PD côté D - CROSS PG devant PD
5.6 ROCK talon D sur diagonale avant D ↗ . . . HITCH genou G arrière , revenir sur PG arrière
7.8 ROCK STEP D arrière, revenir sur PG avant

STEP, ½ PIVOT, WALKS, JAZZ BOX, CROSS

- 1.2** Pas PD avant - 1/2 tour PIVOT vers G (*appui PG*)
3.4 2 pas avant : pas PD avant - pas PG avant
5 à 8 JAZZ BOX D : CROSS PD par-dessus PG (PD à G du PG) - pas PG arrière . . .
. . . . Pas PD côté D - CROSS PG devant PD

½ MONTEREY TURNS

- 1.2** TOUCH pointe PD côté D - (*sur le BALL du PG*) 1/2 tour D . . . Pas PD à côté du PG
3.4 TOUCH pointe PG côté G - pas PG à côté du PD
5.6 TOUCH pointe PD côté D - (*sur le BALL du PG*) 1/2 tour D . . . Pas PD à côté du PG
7.8 TOUCH pointe PG côté G - pas PG à côté du PD

KICK-BALL-CROSSES, SIDE ROCK, BEHIND-SIDE-ACROSS

- 1&2** KICK BALL CROSS D : KICK PD avant ↗ - pas BALL PD à côté du PG - CROSS PG devant PD
3&4 KICK BALL CROSS D : KICK PD avant ↗ - pas BALL PD à côté du PG - CROSS PG devant PD
5.6 ROCK STEP latéral D côté D, revenir sur PG côté G
7&8 BEHIND-SIDE-CROSS D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG

KICK-BALL-CROSSES, SIDE ROCK, SAILOR ½ TURN

- 1&2** KICK BALL CROSS G : KICK PG avant ↘ - pas BALL PG à côté du PD - CROSS PD devant PG
3&4 KICK BALL CROSS G : KICK PG avant ↘ - pas BALL PG à côté du PD - CROSS PD devant PG
5.6 ROCK STEP latéral G côté G, revenir sur PD côté D
7&8 SAILOR STEP G : 1/4 de tour G . . . CROSS PG derrière PD - 1/4 de tour G . . . pas PD à côté du PG - pas PG avant

FIN : la danse se termine après le 32ème temps, pour finir à 12 : 00 - finir avec ces 4 temps

- 5.6** TOUCH pointe PD côté D - pas PD à côté du PG
7.8 TOUCH pointe PG côté G - pas PG à côté du PD