



# EASY ON ME

**Chorégraphe :** Maggie Gallagher (UK) – Gary O'Reilly (IR) – Octobre 2021

**Source :** Source <https://www.copperknob.co.uk> / Traduction : Patricia PETINE de Boots on Line

**Niveau :** Intermédiaire Avancé

**Description :** 2 murs

**Musique :** “**Easy On Me**” de Adèle – 71 Bpm - NCTS

**Intro :** 16 comptes – Durée du morceau : 3.44

## **S.1 WALK/SWEEP, FORWARD TOUCH BACK/SWEEP, BEHIND SIDE, CROSS ROCK & SPIRAL, RUN RUN RUN**

- 1 Pas PD en avant devant PG avec un rondé PG de l'arrière vers l'avant (1)  
2&3 Pas PG en avant (2), pointer PD derrière PG (&), pas PD en arrière avec un rondé PG de l'avant vers l'arrière (3)  
4& Croiser PG derrière PD (4), pas PD côté droit (&)  
5.6 Croiser PG devant PD (5), revenir en appui PD (6)  
&7 Pas PG côté gauche (&), pas PD dans la diagonale avant gauche en effectuant un tour spirale terminé avec un crochet PG devant PD (7) [10:30]  
8&1 Petits pas courus en effectuant un demi-cercle vers la gauche en alternant PG, PD, PG (8&1) **04.30**

## **S.2 HITCH, PRESS, BACK SIDE CROSS ROCK, ¼ STEP/ROCK, SLOW PIVOT 1/4, CROSS ROCK**

- &2 Hitch PD devant PG (&), presser PD devant PG avec les genoux légèrement pliés (2)  
3& Pas PG en arrière (3), pas PD côté droit (&) **06.00**  
4&5 Croiser PG devant PD (4), revenir en appui PD (&), ¼ de tour à gauche avec pas PG en avant (5) **03.00**  
6.7 Pas PD en avant avec un sway léger vers la droite (6), pivot lent ¼ de tour vers la gauche (7) **12.00**  
8& Croiser PD devant PG (8), revenir en appui PG (&)

## **S.3 SIDE, BACK ROCK, SIDE TOUCH, SIDE TOGETHER FORWARD, STEP, PIVOT ½, STEP, ½, ½**

- 1.2& Grand pas PD côté droit en faisant glisser PG jusqu'au PD (1), Pas PG derrière PD (2), revenir en appui PD (&)  
3& Pas PG côté gauche (3), pointer PD à côté du PG (&)  
4&5 Pas PD côté droit (4), pas PG à côté du PD (&), pas PD en avant (5)  
**\*\*\*Restart** (Mur 5)  
6&7 Pas PG en avant (6), pivot ½ tour vers la droite (&), pas PG en avant (7) **06.00**  
8& ½ tour à gauche avec pas droit en arrière (8), ½ tour à gauche avec pas PG en avant (&) **06.00**

#### **S.4 1/4 SIDE, ROCK BACK SIDE, BEHIND SIDE CROSS, SWIVEL 1/2 , SWIVEL 1/2 WITH SWEEP, BACK ROCK**

- 1 1/4 de tour à gauche avec un grand pas PD côté droit (1) **03.00**
- 2&3 Pas PG derrière PD (2), revenir en appui PD (&), grand pas PG côté gauche en faisant glisser PD jusqu'au PG (3)
- 4&5 Croiser PD derrière PD (4), pas PG côté gauche (&), croiser PD devant PG (5)
- 6.7 Swivel 1/2 tour vers la gauche (garder l'appui sur PG) (6), swivel 1/2 tour vers la droite avec un rondé PD de l'avant vers l'arrière (7) **03.00**
- 8& Pas PD derrière PG (8), revenir en appui PG (&)

#### **S5 R BASIC, 1/4 L, STEP, PIVOT 1/2 , STEP, PRISSY WALK R-L, ROCKING CHAIR**

- 1.2& Pas PD côté droit (1), Pas PG derrière PD (2), revenir en appui PD (&)
- 3 1/4 de tour à gauche avec pas PG en avant (3) **12.00**
- 4& Pas PD en avant (4), pivot 1/2 tour vers la gauche (&)
- \*\*Restart** (Mur 3) **06.00**
- 5.6 Pas PD en avant devant PG (5), pas PG en avant devant PD (6)
- 7&8& Pas PD en avant (7), revenir en appui PG (&), pas PD en arrière (8), revenir en appui PG (&)
- \*Restart** (Mur 1)

#### **S6 CROSS ROCK, & CROSS SIDE BEHIND SIDE, CROSS ROCK, & CROSS SIDE BEHIND SIDE**

- 1.2& Croiser PD devant PG (1), revenir en appui PG (2), pas PD côté droit (&)
- 3&4& Croiser PG devant PD (3), pas PD côté droit (&), croiser PG derrière PD (4), pas PD côté droit (&)
- 5.6& Croiser PG devant PD (5), revenir en appui PD (6), pas PG côté gauche (&)
- 7&8& Croiser PD devant PG (7), pas PG côté gauche (&), croiser PD derrière PG (8), pas PG côté gauche (&)

**\*Restart** (Mur 1) – après 40 comptes face au mur de **06.00**

**\*\*Restart** (Mur 3) - après 36 comptes face au mur de **06.00**

**\*\*\*Restart** (Mur 5) – après 20& comptes face au mur de **12.00**

Final : Danser toute la chorégraphie jusqu'à la fin du 6ème mur, puis ajouter les pas suivants : Croiser PD devant PG – dérouler 1/2 tour vers la gauche pour finir à **12.00**

**Recommencer avec le sourire**