



ROLLING IN THE DEEP

Chorégraphe : Maggie GALLAGHER - Keresley, COVENTRY - ANGLETERRE / Janvier 2011

Source : SPEED'IRENE

Niveau : Intermédiaire / Avancé

Description : Danse en ligne : 64 temps - 2 murs

Musique : Rolling in the deep - ADÈLE - BPM 106

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 1 / 2012

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

Introduction : 8 temps - appui PD –

TOUCH & HEEL & CROSS & HEEL & KICK & TOUCH, BUMP FORWARD, BUMP BACK

- 1&2** TAP PG à côté du PD - pas PG arrière - TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗
&3&4 pas PD à côté du PG - CROSS PG devant PD - pas PD arrière - TOUCH talon G sur diagonale avant G ↖ - **11 : 00 -**
- &5** pas PG à côté du PD - KICK PD avant
&6 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH pointe PG avant - **11 : 00 -**
- 7.8** BUMP genou G sur diagonale avant G ↖ - BUMP PD sur diagonale arrière D ↗
- **11 : 00 -**

COASTER STEP, STEP HITCH TURN, WALK LEFT, WALK RIGHT, LOCK STEP

- 1&2** COASTER STEP G : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG – pas PG avant - **11 : 00 -**
- 3&4** pas PD avant - RONDÉ genou G croisé devant vers D , sur BALL du PD
SPIN 5 / 8 de tour D - **6 : 00 -**
- 5.6** 2 pas avant : pas PG avant - pas PD avant
7&8 SHUFFLE LOCK G avant : pas PG avant - LOCK PD derrière PG (PD à G du PG) - pas PG avant

STEP PIVOT 1/2, WALK, TRIPLE FULL TURN, STOMP RIGHT, FORWARD MAMBO STEP

- 1.2.3** pas PD avant - 1/2 tour PIVOT vers G (appui PG) - pas PD avant - **12 : 00 -**
4&5 FULL TURN vers D , en se déplaçant vers l'avant
TRIPLE STEP G : G. D. G. - **12 : 00 -**

OPTION facile : SHUFFLE G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG – pas PG avant - **12 : 00 -**

- 6** STOMP PD avant
7&8 MAMBO STEP G avant : ROCK STEP G avant , revenir sur PD arrière - pas PG arrière

Suite.....

POINT & POINT, LEFT SAILOR ¼ TURN, SAMBA STEP TWICE

- 1** TOUCH pointe PD côté D
&2 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH pointe PG côté G
3&4 1/4 de tour G SAILOR STEP G : CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - pas PG côté G - **9 : 00** -
5&6 CROSS PD devant PG - ROCK STEP latéral G côté G , revenir sur PD côté D
7&8 CROSS PG devant PD - ROCK STEP latéral D côté D , revenir sur PG côté G

ROCK RECOVER, TRIPLE FULL TURN, ROCK RECOVER, FULL TURN LEFT

- 1.2** ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière
3&4 FULL TURN vers D TRIPLE STEP D sur place : D. G. D. - **9 : 00** -

OPTION facile : COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant - **9 : 00** -

- 5.6** ROCK STEP G avant , revenir sur PD arrière
7.8 FULL TURN vers G 1/2 tour G pas PG avant - 1/2 tour G pas PD arrière - **9 : 00** -

COASTER STEP, WALK RIGHT, LEFT, STEP ½ TURN STEP, & WALK RIGHT, LEFT

- 1&2** COASTER STEP G : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG – pas PG avant - **11 : 00** -
3.4 2 pas avant : pas PD avant - pas PG avant
5&6 pas PD avant - 1/2 tour PIVOT vers G (appui PG) - pas PD avant - **3 : 00** -
&7.8 SWITCH : pas PG à côté du PD - 2 pas avant : pas PD avant - pas PG avant

POINT HITCH CROSS, POINT HITCH CROSS, ROCK RECOVER, BEHIND SIDE CROSS

- 1&2** TOUCH pointe PD côté D - HITCH genou D croisé devant ↗ - CROSS PD devant PG
3&4 TOUCH pointe PG côté G - HITCH genou G croisé devant ↖ - 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

ROCK RECOVER, SAILOR ¼ TURN, ROCKING CHAIR & CROSS & HEEL &

- 1.2** ROCK STEP latéral G côté G , revenir sur PD côté D
3&4 SAILOR STEP G : CROSS PG derrière PD - 1/4 de tour D pas PD avant - pas PG - **6 : 00** -
5& ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière] ROCKIN CHAIR
6& ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant] SYNCOPÉ
7&8& CROSS PD devant PG - pas PG arrière - TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗ - pas PD à côté du PG