



FREE & EASY

<http://www.kreiskercountry.fr>

Musiques : SUR LA ROUTE DE MEMPHIS d'EDDY MITCHELL /124 BPM
SILVER WINGS BY MEMPHIS ROOTS / 96 BPM
THAT'S HOW I GOT TO MEMPHIS BY DERYL DODD/110 BPM
THAT'S HOW I GOT TO MEMPHIS BY TOM T. HALL/110 BPM
EVERY TIME I DO BY TRACY BIRD/98 BPM

Chorégraphe : MALCOLM & viv owen – ANGLETERRE /DECEMBRE 1996

Type : Danse en ligne – 4 murs – 16 temps -16 PAS

Niveau : Débutant

Départ : Après intro musicale, compter 16 Temps (2X8) départ sur le chant

1 à 8 - Heel split, right toe strut , left toe strut, pivot ¼ turn on left

- 1 - 2** Heel split : pivoter sur les plantes des pieds et orienter les talons vers l'extérieur, puis revenir au centre,
- 3 - 4** Toe strut avant PD : lever la plante du PD et abaisser le talon D avec insistance,
- 5 - 6** Toe strut avant PG : lever la plante du PG et abaisser le talon G avec insistance,
- 7 - 8** Avancer PD, pivot ¼ de tour à gauche (revenir poids de corps sur PG),

9 à 16 - jazz box, TOUCH LEFT, left grapevine, right stomp

- 1 - 3** Jazz box : PD croisé devant PG, reculer PG, PD à droite,
- 4** Touch PG à côté du PD,
- 5 - 7** Vine à gauche : PG à gauche, croiser PD derrière PG, PG à gauche,
- 8** Stomp PD à côté du PG

RECOMMENCER AU DEBUT..... TOUJOURS AVEC LE SOURIRE..