



BRUISES

(Contusions)

Chorégraphe : Niels Poulsen
Niveau : Novice
Danse : En ligne 32 temps 4 murs 2 tags 3 restarts
Notes : Les chiffres entourés indiquent un hold — La flèche indique le sens de la danse
Lorsque des heures sont indiquées, elles le sont pour un départ à 12h



Description des pas :

Séquence 1 (1 à 8) : Rock forward, triple cross, side, behind side cross, side rock

1-2	Rock avant :	Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG
3&4	Triple sur place croisé :	Tour complet (D-G-D) sur place en finissant avec le PD croisé devant le PG
5	Côté :	Poser le PG à G
6&7	Derrière et devant :	Croiser le PD derrière le PG, poser le PG à G, croiser le PD devant le PG
8&8	Rock à G :	Poser le PG à G, reprendre le PDC sur le PD

Séquence 2 (9 à 16) : Cross, ¼ turn, shuffle ½ turn, step, ½ turn, walk, walk

1-2	Croise, ¼ T à G :	Croiser le PG devant le PD, reculer le PD avec ¼ T à G (9h)
3&4	Chassés ½ T à G :	Poser le PG à G avec ¼ T à G, le PD rejoint le PG, avancer le PG avec ¼ T à G (3h)
5-6	Avance, ½ T à G :	Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG après ½ T à G (9h)
7-8	Avance, avance :	Avancer le PD, avancer le PG (<u>Restarts ici</u>)

Séquence 3 (17 à 24) : Heels switches, rock forward, back lock back, shuffle side

1&2&8	Talon et talon :	Poser le talon D devant, le PD rejoint le PG, poser le talon G devant, le PG rejoint le PD
3-4	Rock avant :	Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG
5&6	Reculé, croise, reculé :	Reculer le PD, croiser le PG devant le PD, reculer le PD
7&8	Chassés ¼ T à G :	Poser le PG à G avec ¼ T à G, le PD rejoint le PG, poser le PG à G (6h)

Séquence 4 (25 à 32) : Heel grind ¼ turn, coaster step, shuffle forward, kick ball step

1-2	Talon ¼ T à D :	Poser le talon D devant, tourner ¼ T à D sur ce talon, mettre le PDC sur le PG derrière (9h)
3&4	Coaster step :	Reculer le PD, le PG rejoint le PD, avancer le PD
5&6	Chassés avant :	Avancer le PG, le PD rejoint le PG, avancer le PG (<u>Restart ici</u>)
7&8	Kick ball avance :	Kick PD devant, poser le PD près du PG, avancer le PG (<u>Tags ici</u>)



Tag la fin du 2^{ème} mur (Départ à 9h) : Rock forward, triple ½ turn, rock forward, triple ½ turn

1-2	Rock avant :	Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG
3&4	Chassés ½ T à D:	Poser le PD à D après ¼ T à D, le PG rejoint le PD, avancer le PD après ¼ T à D
5-6	Rock avant :	Avancer le PG devant le PD, reprendre le PDC sur le PD
7&8	Chassés ½ T à G:	Poser le PG à G après ¼ T à D, le PD rejoint le PG, avancer le PG après ¼ T à G

Tag la fin du 6^{ème} mur (Départ à 9h) : Rock forward, triple ½ turn, rock forward, triple ½ turn

1-2	Rock avant :	Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG
3&4	Chassés ½ T à D:	Poser le PD à D après ¼ T à D, le PG rejoint le PD, avancer le PD après ¼ T à D
5-6	Rock avant :	Avancer le PG devant le PD, reprendre le PDC sur le PD
7&8	Chassés ½ T à G:	Poser le PG à G après ¼ T à D, le PD rejoint le PG, avancer le PG après ¼ T à G

Restart au cours du 4^{ème} mur (Départ à 3h) : Danser les 2 premières séquences (Jusqu'à «Avance, avance»)
et reprendre la danse au début à 12h

Restart au cours du 8^{ème} mur (Départ à 3h) : Danser les 2 premières séquences (Jusqu'à «Avance, avance»)
et reprendre la danse au début à 12h

Restart au cours du 9^{ème} mur (Départ à 12h) : Danser les 30 premiers temps (Jusqu'à «Chassés avant»)
et reprendre la danse au début à 9h