



SWING LOW

(Un doux balancement)

Chorégraphe : Agnès Gauthier
Niveau : Novice
Danse : En ligne 32 temps 4 murs
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) : Step lock step, scuff, step lock step, scuff, mambo cross, mambo cross ¼ turn

1&2	Avance, croise, avance :	Avancer le PD, croiser le PG derrière le PD, avancer le PD
&	Scuff :	Brosser le talon G au sol vers l'avant
3&4	Avance, croise, avance :	Avancer le PG, croiser le PD derrière le PG, avancer le PG
&	Scuff :	Brosser le talon D au sol
5&6	Mambo croisé :	Croiser le PD devant le PG, reprendre le PDC sur le PG, poser le PD à D
7&8	Mambo croisé ¼ T à G :	Croiser le PG devant le PD, reprendre le PDC sur le PD, avancer le PG avec ¼ T à G (9h)

Séquence 2 (9 à 16) : Syncopated rocks, coaster step, step, ½ turn

1-2&3-4	Rocks syncopés :	{ Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG, poser le PD près du PG avancer le PG, reprendre le PDC sur le PD
5&6	Coaster step :	Reculer le PG, poser le PD près du PG, avancer le PG
7-8	Avance, ½ T à G :	Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG après ½ T à G (3h)

Séquence 3 (17 à 24) : Side, behind, side, cross, side, heel, & cross & cross, ¼ turn, ¼ turn

1-2	Côté, croise :	Poser le PD à D, croiser le PG derrière le PD
&3&4	Côté, croise, côté, talon :	Poser le PD à D, croiser le PG devant le PD, poser le PD à D, taper le talon G en diagonale G
&5&6	Et croise et croise :	Poser le PG près du PD, croiser le PD devant le PG, poser le PG à G, croiser le PD devant le PG
7-8	¼ T à D, ¼ T à D :	Reculer le PG avec ¼ T à D, poser le PD à D avec ¼ T à D (9h)

Séquence 4 (25 à 32) : Cross rock, shuffle side, step, point, sailor ½ turn

1-2	Rock croisé :	Croiser le PG devant le PD, reprendre le PDC sur le PD
3&4	Chassés à G :	Poser le PG à G, le PD rejoint le PG, poser le PG à G
5-6	Avance, pointe :	Avancer le PD, pointer le PG à G (Final ici)
7&8	Sailor ½ T à G :	Poser le PG derrière avec ½ T à G, poser le PD à D, poser le PG à G (3h)

Final au cours du dernier mur (Départ à 6h) : Remplacer le sailor ½ T à G par un sailor ¼ T à G pour finir à 12h