



# SAIL ON

(Continuer sa route)

**Chorégraphe :**

David Lecaillon (Workshop du 04/10/2025 à St Georges des groseillers - 61)

**Niveau :**

Novice En ligne 32 temps 4 murs 5 tags 1 final

**Musique :**

Titre : Sail on, sail on – Auteur : Ajack – Départ : 2x8 temps + 2 temps – (10/11/2025)

**Notes :**

Les chiffres entourés indiquent un hold — La flèche indique le sens de la danse



Lorsque des heures (ou des flèches) sont indiquées, elles le sont pour un départ à 12h

## Description des pas :

### Séquence 1 (1 à 8) : Side rock, cross & cross, side rock, cross & cross

- |     |                    |   |
|-----|--------------------|---|
| 1-2 | Rock à D :         | Poser le PD à D, reprendre le PDC sur le PG à G                         |
| 3&4 | Croise et croise : | Croiser le PD devant le PG, poser le PG à G, croiser le PD devant le PG |
| 5-6 | Rock à G :         | Poser le PG à G, reprendre le PDC sur le PD à D                         |
| 7&8 | Croise et croise : | Croiser le PG devant le PD, poser le PD à D, croiser le PG devant le PD |

### Séquence 2 (9 à 16) : Stomp, touch back, & heel switches, & rocking chair

- |         |                      |  |
|---------|----------------------|--|
| 1-2     | Stomp PD, pointe :   | Stomp PD devant, pointer le PG derrière le talon D   |
| &3&4    | Et talon, et talon : | Poser le PG près du PD, taper le talon D devant, poser le PD près du PG, taper le talon G devant           |
| &       | Assemble :           | Poser le PG près du PD   |
| 5-6-7-8 | Rocking chair :      | { Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG derrière<br>  reculer le PD, reprendre le PDC sur le PD devant |

### Séquence 3 (17 à 24) : Rock forward, shuffle ½ turn, rock forward, shuffle ½ turn

- |     |                   |  |
|-----|-------------------|--|
| 1-2 | Rock avant :      | Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG derrière   |
| 3&4 | Chassés ½ T à D : | Poser le PD à D avec ¼ T à D, le PG rejoint le PD, avancer le PD avec ¼ T à D ( <b>6h</b> )  |
| 5-6 | Rock avant :      | Avancer le PG, reprendre le PDC sur le PD derrière   |
| 7&8 | 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 ( <b>12h</b> ) |

### Séquence 4 (25 à 32) : Kick ball heel, & point, ½ turn, side rock ¼ turn, behind side cross

- |      |                       |  |
|------|-----------------------|--|
| 1&2  | Kick et talon :       | Kick PD devant, poser le PD près du PG, taper le talon G devant  |
| &3-4 | Et, pointe, ½ T à D : | Poser le PG près du PD, pointer le PD derrière, reprendre le PDC sur le PD après ½ T à D ( <b>6h</b> ) |
| 5-6  | Rock ¼ T à D :        | Poser le PG à G avec ¼ T à D, reprendre le PDC sur le PD à D ( <b>9h</b> ) ( <u>Final ici</u> )        |
| 7&8  | Derrière et devant :  | Croiser le PG derrière le PD, poser le PD à D, croiser le PG devant le PD                              |

## Le tag :

A la fin de chacun des murs suivants, faire le tag : Stomp PD à D, stomp PG à G, et reprendre la danse au début

Fin 1<sup>er</sup> mur, face à 9h - fin 4<sup>ème</sup> mur, face à 12h - fin 7<sup>ème</sup> mur, face à 3h - fin 10<sup>ème</sup> mur, face à 6h - fin 13<sup>ème</sup> mur, face à 9h

(Ou repère plus facile: Tag à la fin du 1<sup>er</sup> mur, puis : 3 murs + tag - 3 murs + final)

**Final au cours du dernier mur (Départ à 6h)** : Remplacer «Derrière et devant» par un «sailor ¼ T à G»