

What We're Made Of

Musique

What We're Made Of (Haley & Michaels) 126 bpm

Intro

32 temps

Chorégraphe

Dan ALBRO (Février 2020)

Sources

copperknob.co.uk & vidéo du chorégraphe

Type

2 murs, 64 temps, Polka, Intermédiaire

Particularités

0 Tag, 0 Restart 😊

Termes

Rock Step (2 temps) : G : 1. Pas G dans la direction indiquée,
2. Remettre le Poids du Corps (PdC) sur D.



Section 1 : R & L Triples on spot, 1/4 R, 1/2 R, 1/4 R Side Triple,

- 1 & 2 *Buste face 12:00, & Pieds vers 03:00* : Mini Pas D avant, Ramener G, Mini Pas D avant, 12:00
 3 & 4 *Buste face 12:00, & Pieds vers 09:00* : Mini Pas G avant, Ramener D, Mini Pas G avant,
 5 – 6 1/4 tour D + Pas D avant, 1/2 tour G + Pas G arrière, (03:00 puis 09:00)
 7 & 8 1/4 tour D + **Triple Step D à D** (*Pas D à D, Ramener G près de D, Pas D à D*), 12:00

S2 : L Cross Rock, L Side Triple, R Cross, L Side, R Behind-Side-Cross,

- 1 – 2 **Rock Step** G croisé devant D,
 3 & 4 **Triple Step** G à G,
 5 – 6 Croiser D devant G, Pas G à G,
 7 & 8 **Behind-Side-Cross D** (*Croiser D derrière G, Pas G à G, Croiser D devant G*),

S3 : L Side Triple, 1/4 R, R Side Triple, 1/4 R, L Side Triple, Back Toe, Unwind 1/2 R,

- 1 & 2 & **Triple Step** G à G (1 & 2), 1/4 tour D en restant sur Pied G (&), 03:00
 3 & 4 & **Triple Step D à D** (3 & 4), 1/4 tour D en restant sur Pied D (&), 06:00
 5 & 6 **Triple Step** G à G (5 & 6),
 7 – 8 Pointe D arrière, Dérouler 1/2 tour D + Transfert PdC D, 12:00

S4 : L Forward Rock, L Coaster Step, R Heel, Snap & L Heel, Snap,

- 1 – 2 **Rock Step** G avant,
 3 & 4 **Coaster Step G** (*Pas G arrière, Ramener D près de G, Pas G avant*),
 5 – 6 & Talon D avant, Claquer des doigts de la Main D en l'air, Ramener D près de G,
 7 – 8 & Talon G avant, Claquer des doigts de la Main D en l'air, Ramener G près de D,

S5 : R Step 1/4 L Pivot, R Cross, Clap, L Side Rock, L Cross, Clap,

- 1 – 2 Pas D avant, Pivoter 1/4 tour G, 09:00
 3 – 4 Croiser D devant G, **Clap** (*Claquer des Mains*),
 5 – 6 **Rock Step** G à G,
 7 – 8 Croiser G devant D, **Clap**,

S6 : (Figure of 8) R Side, Behind, 1/4 R, L Step 1/2 R Pivot, 1/4 R & L Side, Behind, 1/4 L & L Forward,

- 1 – 2 – 3 – 4 Pas D à D, Croiser G derrière D, 1/4 tour D + Pas D avant, Pas G avant, 12:00
 5 – 6 Pivoter 1/2 tour D, 1/4 tour D + Pas G à G, (06:00 puis 09:00)
 7 – 8 Croiser D derrière G, 1/4 tour G + Pas G avant, 06:00

S7 : R Rocking Chair, R Step 1/2 L Pivot, R Step 1/2 L Pivot,

- 1 – 2 – 3 – 4 **Rock Step** D avant (1 – 2), **Rock Step** D arrière (3 – 4),
 5 – 6 – 7 – 8 Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G, Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G, (12:00 puis) 06:00

S8 : Rumba Box.

- 1 – 2 – 3 – 4 Pas D à D, Ramener G (près de D), Pas D avant, Touch G (près de D),
 5 – 6 – 7 – 8 Pas G à G, Ramener D, Pas G arrière, Touch D.

👤 Recommencez du début ... et gardez le sourire !! 🤖

Traduit par Lilly WEST, lilly@lillywest.fr, en utilisant la terminologie NTA, pour www.CountryDanceTour.com