



ONE HUNDRED



Chorégraphe : Niels Poulsen Danemark Mai 2018 nielsbp@gmail.com - www.love-to-dance.dk

Niveau : Novice

Descriptif : Danse en ligne - 2 murs - 32 temps - 2 TAGS + 1 RESTART

Musique : One hundred Ida Corr BPM 99. Track length: 3.52. Buy on iTunes, etc.

Introduction: 16 temps (environ 10 sec après le début de la musique). Départ appui PG.

1-8 R DOROTHY ¼ L, L DOROTHY, R ROCK FWD, SHUFFLE ½ R

1 – 2& DOROTHY STEP D avant modifié : pas PD avant 7 (1) - LOCK PG derrière PD en commençant ¼ de tour à G (PG à D du PD) (2) - petit pas PD côté D en terminant le ¼ de tour à G 9H (&)

3 – 4& DOROTHY STEP G avant : pas PG avant 7 (3) - LOCK PD derrière PG (PD à G du PG) (4) - petit pas PG avant (&)

5 – 6 ROCK STEP PD avant (5) - revenir sur PG arrière (6)

7&8 TRIPLE STEP D ½ tour à D : ¼ de tour à D ... pas PD côté D (7) - pas PG à côté du PD (&) - ¼ de tour à D ... pas PD avant 3H (8)

Option: version plus difficile en faisant 1 tour ½ à D sur les comptes 7&8.

9-16 BALL ¼ R WITH DIP, ¼ L FWD, ¼ L SIDE ROCK CROSS, L SIDE ROCK, & R SIDE ROCK, TOUCH

&1 – 2 ¼ de tour à D ... pas PG côté G 6H (&) - CROSS PD devant PG en pliant les genoux (1) - ¼ de tour à G sur BALL PD ... pas PG avant 3H (2)

Note: quand vous pliez les genoux, vous accentuez le mot "found" pendant chaque refrain. (Ceci crée un lien avec ma danse plus ancienne 'I hope you find it' ... lol)

3&4 ¼ de tour à G ... 12H SIDE ROCK CROSS D: ROCK STEP latéral D côté D (3) - revenir sur PG côté G (&) - CROSS PD devant PG (4)

5 – 6 ROCK STEP latéral G côté G (5) - revenir sur PD côté D (6)

& SWITCH: pas PG à côté du PD (&)

7&8 ROCK STEP latéral D côté D (7) - revenir sur PG côté G (&) - TOUCH PD à côté du PG (8)

** Restart ici pendant le 9ème mur, vous serez alors face à 12H.*

17-24 R ROCKING CHAIR, RUN RLR, L ROCKING CHAIR, SHUFFLE ½ R BACKWARDS

1& ROCK STEP PD avant (1) - revenir sur PG arrière (&)] ROCKING

2& ROCK STEP PD arrière (2) - revenir sur PG avant (&)] CHAIR

3&4 3 pas courus avant: pas PD avant (3) - pas PG avant (&) - pas PD avant (4)

Option: "boogie runs" avant ...

5& ROCK STEP PG avant (5) - revenir sur PD arrière (&)] ROCKING

6& ROCK STEP PG arrière (6) - revenir sur PD avant (&)] CHAIR

7&8 TRIPLE STEP G ½ tour à D : ¼ de tour à D ... pas PG côté G (7) - pas PD à côté du PG (&) - ¼ de tour à D ... pas PG arrière 6H (8)

25-32 R BACK ROCK, R SHUFFLE FWD, L ROCK FWD, FULL TRIPLE TURN L

1 – 2 ROCK STEP PD arrière (1) - revenir sur PG avant (2)

3&4 TRIPLE STEP D avant : pas PD avant (3) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (4)

5 – 6 ROCK STEP PG avant (5) - revenir sur PD arrière (6)

7&8 ½ tour à G ... pas PG avant (7) - pas PD à côté du PD (&) - 1/2 tour à G ... pas PG avant 6H (8)

TAG: Le tag revient 2 fois. A la fin du 2^{ème} mur (vous serez alors face à 12H), et à la fin du 5^{ème} mur (vous serez face à 6H).

1-8 R TOUCH & HEEL DOWN X 2, R ROCK FWD, BIG STEP BACK R WITH L SLIDE, TOGETHER

1&2& TOUCH PD à côté du PG (1) - pas PD arrière (&) - TAP talon PG avant (2) - reprendre appui sur PG avant (&)

3&4& TOUCH PD à côté du PG (3) - pas PD arrière (&) - TAP talon PG avant (2) - reprendre appui sur PG avant (&)

Note: pendant les comptes 1-4&, vous progressez très légèrement en avant.

5 – 6 ROCK STEP PD avant (5) - revenir sur PG arrière (6)

7 – 8 Grand pas PD arrière avec DRAG talon PG vers PD (7) - pas PG à côté du PD (8) puis reprendre la danse au début ...

** Restart après les 16 premiers temps pendant le 9ème mur, vous serez alors face à 12H.*

FIN: vous terminez automatiquement face à 12H. Faire les 6 premiers comptes du 12ème mur (lequel commence à 12H). Le compte 7 est le dernier temps de la musique, faire simplement ¼ de tour à D ... pas D côté D pour terminer face à 12.

Source: Copperknob. **Traduction et mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Juillet 2018
<https://youtu.be/LeBz3z2quGw>

Bellegarde-en-Forez 42210 lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>
Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.