

I SHOWED YOU THE DOOR

Je t'ai montré la porte



CHOREGRAPHE : Ria Vos, Pays-bas, Janvier 2024

MUSIQUE : **The Door** par **Teddy Swims**, BPM 128

TYPE : Danse en ligne, 64 temps, 4 murs, 1 restart

NIVEAU : Intermédiaire

DEMARRAGE : Après intro de 32 temps (commence avant le chant)

- 1 à 8 R Heel Grind moving to L, R Behind, L Side, R Cross Rock, R Side Triple,**
1 - 2 Heel grind talon PD croisé devant PG avec PdC, PG diagonale arrière gauche
3 - 4 PD croisé derrière PG, PG à gauche
5-6-7&8 Rock PD croisé devant PG, revenir PdC sur PG, pas chassé à droite, D, G, D
- 9 à 16 L Cross, 1/4 L & R Back, L Back Rock, R Full Turn, L Step, R Scuff,**
1-2-3-4 PG croisé devant PD, 1/4 de tour à G avec PD derrière, rock PG derrière, revenir PdC sur PD (09:00)
5-6-7-8 1/2 tour à D avec PG derrière, 1/2 tour à D avec PD devant, PG devant, scuff PD vers l'avant
- 17 à 24 R Jazz Box with 1/4 R & Cross, R Kick, R Slow Behind-Side-Cross,**
1-2-3-4 PD croisé devant PG, PG derrière, 1/4 de tour à droite avec PD à droite, PG croisé devant PD
5-6-7-8 Kick PD diagonale avant droite, PD croisé derrière PG, PG à gauche, PD croisé devant PG
- 25 à 32 Together & Swivel to the L (Heels, Toes), R Hitch, R Side, L Hitch with 1/2 L, L Side, R Scuff,**
1-2-3-4 PG à côté du PD, pivot talons à gauche, pivot pointes à gauche, hitch PD genou levé
5-6-7-8 PD à droite, 1/2 tour à gauche avec hitch PG, PG à gauche, scuff PD à côté du PG (06:00)
- Restart :** Ici mur 2 à 3h (départ 9h) après 32 temps
- 33 à 40 1/8 L & R Step, Lock, Step-Lock-Step, L Forward Rock, 1/4 L & Side, R Side Toe,**
1-2-3&4 1/8 de tour à G avec PD devant, lock PG croisé derrière PD, pas chassé avant locké D, G, D (04:30)
5-6-7-8 Rock PG devant, revenir sur PD, 1/4 de t à G avec PG à gauche genou plié, pointe PD à droite (01:30)
- 41 à 48 Hip Bumps R L, 1/4 R & R Forward, R Hitch & 1/2 R, L Back, Drag, R Back Rock,**
1 - 2 PdC sur PD avec coup de hanche à droite, PdC sur PG avec coup de hanche à gauche
3 - 4 1/4 de tour à droite avec PD devant, 1/2 tour à droite avec hitch PG (10h30)
5-6-7-8 PG derrière, glisse PD à côté du PG, rock PD derrière, revenir PdC sur PG
- 49 à 56 R Hip Bump, 1/2 L, L Hip Bump, 1/2 L, R Rocking Chair,**
1 - 2 Pointe PD devant avec bump droit (garder PdC sur PG), 1/2 tour à gauche avec PD derrière, (04:30)
3 - 4 Pointe PG derrière avec bump gauche (garder PdC sur PD), 1/2 tour à gauche avec PG devant (10h30)
5-6-7-8 Rock PD devant, revenir PdC sur PG, rock PD derrière, revenir PdC sur PG
- 57 à 64 1/8 L & R Side, L Behind, 1/4 R & Fwd, L Step 1/2 R Pivot, L Fwd, 1/2 L & R Back, 1/4 L & Side.**
1 - 2 1/8 de tour à gauche avec PD à droite, PG croisé derrière PD (09:00)
3-4-5-6 1/4 de tour à droite avec PD devant, PG devant, pivot 1/2 tour à droite, PG devant (06:00)
7 - 8 1/2 tour à gauche avec PD derrière, 1/4 de tour à gauche avec PG à gauche (09:00)

On recommence avec le sourire...



PG = pied gauche – PD = pied droit – D = droite – G = gauche – PdC = poids du corps