

THE MORNING AFTER

Le lendemain matin



CHOREGRAPHERS : Gary O'Reilly (IRE) & Maggie Gallagher (UK), novembre 2022

MUSIQUE : **The Morning After** par **Nathan Carter**, BPM 91

TYPE : Danse en ligne, 16 temps, 4 murs

NIVEAU : Débutant -

DEMARRAGE : Après intro de 32 temps

1 à 8 Heel Strut R & L, Fwd Rock, Back, Toe Strut L & R, L Coaster Step

1&2& Talon PD devant, pose plante PD, talon PG devant, pose plante PD devant

3 & 4 Rock PD devant, revenir PdC sur PG, PD derrière

5&6& Plante PG derrière, pose talon PG, plante PD derrière, pose talon PD

7 & 8 PG derrière, PD à côté du PG, PG devant

9 à 16 R Jazz Box 1/4 R, Twist Heels Toes Heels Clap, Twist Heels Toes Heels Clap

1 - 2 PD croisé devant PG, PG derrière

3 - 4 1/4 de tour à droite avec PD devant, PG à côté du PD (03:00)

5&6& Glisse les talons à gauche, glisse les plantes à gauche, glisse les talons à gauche, clap

7&8& Glisse les talons à droite, glisse les plantes à droite, glisse les talons à droite, clap

On recommence avec le sourire...



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