



# THE ONE

(Mai 2023)

Chorégraphe : Marie Claude GIL (FRANCE)

Niveau : Novice    Temps : 32    Murs : 4    BPM : 90    Intro : 16 temps

Tags + Restarts : 2    Restart : 1

Musique : The Good Ones – Gabby Barrett (USA) - Album : Goldmine (2020)

## S1 : RIGHT MAMBO, LEFT MAMBO, FORWARD MAMBO, COASTER STEP

- 1&2 PD à D, Revenir en appui sur PG, PD à côté du PG
- 3&4 PG à G, Revenir en appui sur PD, PG à côté du PD
- 5&6 PD devant, Revenir en appui sur PG, PD à côté du PG
- 7&8 Plante PG derrière, Plante PD à côté du PG, PG devant

**RESTART** : ici au 6<sup>ème</sup> mur face à 9h00

## S2 : RIGHT STEP LOCK FORWARD, LEFT STEP LOCK FORWARD, STEP ½ TURN, TRIPLE ½ TURN

- 1&2 PD devant, Croiser PG derrière PD, PD devant
- 3&4 PG devant, Croiser PD derrière PG, PG devant
- 5.6 PD devant, Pivoter ½ tour à G (appui PG) 6h00
- 7&8 Pivoter ½ tour à G & PD derrière, PG à côté du PD, PD derrière 12h00

**TAG + RESTART** : au 2<sup>ème</sup> mur face à 9h00 & au 4<sup>ème</sup> mur face à 6h00, changer 7&8 par KICK BALL CHANGE PD

7&8 **KICK** PD devant, Poser plante PD à côté du PG, PG à côté du PD

## S3 : LEFT SWEEP, RIGHT SWEEP, LEFT SWEEP, BEHIND SIDE CROSS, ¼ TURN, TRIPLE STEP, STEP ½ TURN STEP

- 1.2 **SWEEP** PG en arrière & PG derrière, **SWEEP** PD en arrière & PD derrière
- 3&4 **SWEEP** PG en arrière & croiser PG derrière PD, PD à D, Croiser PG devant PD
- 5&6 Pivoter ¼ de tour à D & PD devant, PG à côté du PD, PD devant 3h00
- 7&8 PG devant, Pivoter ½ tour à D, PG devant 9h00

## S4 : RIGHT AND LEFT VAUDEVILLE, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK ½ TURN STEP

- 1&2& Croiser PD devant PG, PG à G, Toucher talon PD sur diagonale D ↗, PD à côté du PG
- 3&4& Croiser PG devant PD, PD à D, Toucher talon PG sur diagonale G ↖, PG à côté du PD
- 5&6 Croiser PD devant PG, PG à G, Croiser PD devant PG
- 7&8 PG à G, Revenir en appui sur PD en faisant ½ tour à G, PG à G 3h00

M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7
12h00	3h00	9h00	12h00	6h00	9h00	9h00
	<b>TAG</b> de 2 comptes après 14 comptes + <b>RESTART</b>		<b>TAG</b> de 2 comptes après 14 comptes + <b>RESTART</b>		<b>RESTART</b> après 8 comptes	
3h00	9h00	12h00	6h00	9h00	9h00	...