

EASY DOES IT !



Chorégraphe : Nancy A. MORGAN-FLETCHER - Pine Bluff, ARKANSAS - USA / Janvier 2007

LINE Dance : 32 temps - 4 murs // **LILT**

Niveau : débutant

Musique : Party song - Darryl WORLEY - BPM 118

One of the guys - Kelly PICKLER - BPM 136/ECS

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 4 / 2012

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 8 + 16 temps

TOE, HEEL, TRIPLE IN PLACE, TOE HEEL, TRIPLE IN PLACE

- 1 TOUCH pointe PD à côté du PG (*genou "IN "*)
- 2 TOUCH talon D à côté du PG (*genou " OUT "*)
- 3&4 TRIPLE STEP D sur place : D. G. D.
- 5 TOUCH pointe PG à côté du PD (*genou " IN "*)
- 6 TOUCH talon G à côté du PD (*genou " OUT "*)
- 7&8 TRIPLE STEP G sur place : G. D. G.

WALK, WALK, SHUFFLE FORWARD, FORWARD ROCK, SHUFFLE BACK

- 1.2 2 pas avant : pas PD avant - pas PG avant
- 3&4 TRIPLE STEP D avant : pas PD avant - pas PG à côté du PD - pas PD avant
- 5.6 ROCK STEP G avant , revenir sur PD arrière
- 7&8 TRIPLE STEP G arrière : pas PG arrière - pas PD à côté du PG - pas PG arrière

BACK ROCK, STEP, ¼ TURN PIVOT, STOMP, KICK, BACK ROCK

- 1.2 ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant
- 3.4 pas PD avant - 1/4 de tour PIVOT vers G (*appui PG*)
- 5.6 STOMP-up PD à côté du PG - KICK PD avant
- 7.8 ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant

KICK TWICE, BACK ROCK, STEP TOGETHER, SIDE ROCK

- 1.2 KICK PD avant **LOW** (*vers le bas*) - KICK PD avant **HIGH** (*un peu plus haut*)
- 3.4 ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant
- 5.6 pas PD avant - pas PG à côté du PD
- 7.8 ROCK STEP latéral D côté D , revenir sur PG côté G

Easy does it !



Choreographed and Prepared by : **Nancy A. MORGAN** - January 23, 2007

Dance Information : 32 Count, 4 Wall, Beginner Line Dance, Polka Rhythm

Music : **One of the Guys** by **Kelly Pickler** CD: Small Town Girl, BPM : 136 / Start : 16 counts

Party Song by Darryl Worley, CD: Here and Now, BPM: 117 / Start : After 16 counts

TOE, HEEL, TRIPLE IN PLACE, TOE HEEL, TRIPLE IN PLACE

- 1,2 Toe-Heel - Touch Right toes in towards Left instep, Touch right heel in towards Left instep
- 3&4 Triple in Place - Step Right, Left, Right
- 5,6 Toe-Heel - Touch Left toes in towards Right instep, Touch Left heel in towards Right instep
- 7&8 Triple in Place – Left, Right, Left

WALK, WALK, SHUFFLE FORWARD, FORWARD ROCK, SHUFFLE BACK

- 1,2 Walk Forward - Right, Left
- 3&4 Shuffle Forward – Right, Left, Right
- 5,6 Forward Rock – Forward on Left, back on Right
- 7&8 Shuffle Back – Left, Right, Left

BACK ROCK, STEP, ¼ TURN PIVOT, STOMP, KICK, BACK ROCK

- 1,2 Back Rock – step back on Right, step forward on Left
- 3,4 Step forward on Right, pivot ¼ turn to Left (Weight ends on Left)
- 5,6 Stomp Right next to Left, Kick Right foot forward
- 7,8 Back Rock – Rock back on Right, Rock forward on Left

KICK TWICE, BACK ROCK, STEP TOGETHER, SIDE ROCK

- 1,2 Kick Right foot forward twice (Kick low then higher)
- 3,4 Back Rock – Step back on Right, forward on Left
- 5,6 Step Right foot forward, step Left next to Right
- 7,8 Side rock – Right foot out to Right side, return to Left

REPEAT!

<http://www.morgans-linedance-mania.org/Choreography.html>