

FREE & EASY



Chorégraphes : Malcolm & Viv OWEN - ANGLETERRE / Décembre 1996

LINE Dance : 16 temps - 4 murs

Niveau : débutant

Musique : Silver wings - Memphis ROOTS - BPM 96

No matter what – BOYZONE - BPM 96

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 7 / 2011

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

Introduction : 2 secondes + 32 temps

PIGEON TOES (HEEL SPLIT), TOE STRUTS, PIVOT TURN

- 1.2 HEEL SPLIT : écarter les talons ↗↘ - resserrer les talons ↓↓
- 3.4 TOE STRUT avant D : pas pointe PD avant - DROP : abaisser talon D au sol
- 5.6 TOE STRUT avant G : pas pointe PG avant - DROP : abaisser talon G au sol
- 7.8 pas PD avant - 1/4 de tour PIVOT vers G (*appui PG*)

JAZZ BOX, GRAPEVINE LEFT (STROLL)

- 1 à 4 JAZZ BOX D : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière
..... pas PD de côté - TAP PG à côté du PD
- 5.6.7 VINE à G : pas PG sur diagonale avant G ↖ - CROSS PD derrière PG - pas PG côté G
- 8 STOMP PD à côté du PG

Free & Easy

TYPE	4 Wall Line Dance	RATING	Beginner
COUNT	16	STEPS	16
CHOREOGRAPHER	Malcolm & Viv OWEN		
SOURCE	Jane Smee Email: LineDancer@msn.com [12/96]		
MUSIC	"Silver Wings" - Memphis Roots (96 bpm)		
NOTE	If you can't find this slow song, any "smoochie" with a similar bpm will do - this is intended as a slow dance		

PIGEON TOES (Heel Split)

1,2 Split both heels apart while keeping toes together; Close feet together

TOE STRUTS:

3,4 Step forward with RIGHT toe; Drop RIGHT heel & change weight

5,6 Step forward with LEFT toe; Drop LEFT heel & change weight

PIVOT TURN:

7,8 Step forward on RIGHT; Pivot 1/4 turn to left without lifting feet

JAZZ BOX:

9,10 Step RIGHT foot diagonally in front of Left; Step back on LEFT

11,12 Step RIGHT foot out to right; Touch LEFT beside Right (*no weight change*)

GRAPEVINE Left:

13,14 Step LEFT diagonally forward; Cross RIGHT behind Left

15,16 Step LEFT foot out to left; Stomp RIGHT beside Left

[http://www.country-time.com/archives/arch/ld/f/free & easy \(m&vo\).htm](http://www.country-time.com/archives/arch/ld/f/free_&_easy_(m&vo).htm)