

WAKE THIS DAY



Chorégraphe : Rachael McENANEY - Stamford Bridge, YORK - ANGLETERRE / Mars 2011

LINE Dance : 64 temps - 4 murs

Niveau : novice / intermédiaire

Musique : **Make this day - The ZAC BROWN BAND - BPM 192**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 9 / 2011

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

Introduction : 32 temps

Un merci tout spécial à Nicola Lafferty pour la suggestion de cette musique

TOUCH RIGHT OUT IN, RIGHT HEEL HOOK, RIGHT LOCK STEP FORWARD

1 à 4 TOUCH pointe PD côté D - TAP pointe PD à côté du PG - TOUCH talon D avant - HOOK talon D devant cheville G
5 à 8 STEP-LOCK-STEP D avant : pas PD avant - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) - pas PD avant - **HOLD**

TOUCH LEFT OUT IN, LEFT HEEL HOOK, STEP FORWARD LEFT, TOUCH RIGHT, STEP BACK RIGHT, KICK LEFT

1 à 4 TOUCH pointe PG côté G - TAP pointe PG à côté du PD - TOUCH talon G avant - HOOK talon G devant cheville D
5 à 8 pas PG avant - TAP PD à côté du PG - pas PD arrière - KICK PG avant

LEFT COASTER STEP, STEP FORWARD RIGHT, 1/4 TURN LEFT, CROSS RIGHT

1 à 4 SLOW COASTER STEP G : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant - **HOLD**
5 à 8 pas PD avant - 1/4 de tour PIVOT vers G (appui PG) - CROSS PD devant PG - **HOLD - 9 : 00 -**

RESTART : ici, sur le 3^{ème} mur

Sur le temps 7, remplacer le CROSS par TAP PD à côté du PG - HOLD, reprendre la DANSE au début - 3 : 00 -

STEP LEFT, TOUCH RIGHT IN OUT IN, STEP RIGHT TOUCH LEFT, STEP LEFT TOUCH RIGHT WITH CLAPS

1 à 4 pas PG côté G - TAP pointe PD à côté du PG - TOUCH pointe PD côté D - TAP pointe PD à côté du PG
5 à 8 pas PD côté D - TAP pointe PG à côté du PD + **CLAP** - pas PG côté G - TAP pointe PD à côté du PG + **CLAP**

RESTART : ici, sur le 8^{ème} mur - 12 : 00 -

SIDE SHUFFLE WITH TURN 1/4 RIGHT, STEP FORWARD LEFT, 1/2 RIGHT, STEP FORWARD LEFT

1 à 4 SLOW SHUFFLE D latéral : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - 1/4 de tour D.... pas PD avant - **HOLD - 12 : 00 -**
5 à 8 pas PG avant - 1/2 tour PIVOT vers D (appui PD) - pas PG avant - **HOLD - 6 : 00 -**

*FULL TURN LEFT TRAVELING FORWARD STEPPING RIGHT-LEFT-RIGHT,
LEFT FORWARD ROCK, LEFT BACK, RIGHT TOGETHER (1/2 A COASTER STEP)*

1 à 4 1/2 tour G.... pas PD arrière - 1/2 tour G.... pas PG avant - pas PD avant - **HOLD - 6 : 00 -**

OPTION facile : 3 pas avant : pas PD avant - pas PG avant - pas PD avant - HOLD - 6 : 00 -

5.6 ROCK STEP G avant, revenir sur PD arrière

7.8 pas PG arrière - pas PD à côté du PG (appui PD)

LEFT TOE STRUT, RIGHT TOE STRUT, STEP FORWARD LEFT, 1/4 RIGHT, CROSS LEFT

1.2 TOE STRUT G avant : TOUCH BALL PG avant - DROP : abaisser talon G au sol

3.4 TOE STRUT D avant : TOUCH BALL PD avant - DROP : abaisser talon D au sol

5 à 8 pas PG avant - 1/4 de tour PIVOT vers D (appui PD) - CROSS PG devant PD - **HOLD - 9 : 00 -**

*LONG WEAVE TO RIGHT: RIGHT SIDE, LEFT BEHIND, RIGHT SIDE, LEFT IN FRONT,
RIGHT SIDE, LEFT BEHIND, RIGHT SIDE, LEFT TOGETHER*

1 à 8 WEAVE à D : pas PD côté D - CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD....
.... pas PD côté D - CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - pas PG à côté du PD

Make This Day

Choreographed by **Rachael McENANEY**

Description : 64 count, 4 wall, beginner/intermediate line dance

Musique : **Make This Day by The Zac Brown Band**

Intro : 32

A special thanks to Nicola Lafferty for suggesting this music

TOUCH RIGHT OUT IN, RIGHT HEEL HOOK, RIGHT LOCK STEP FORWARD

1-2-3-4 Touch right to side, touch right together, touch right heel forward, hook right over left

5-6-7-8 Step right forward, lock left behind right, step right forward, hold

TOUCH LEFT OUT IN, LEFT HEEL HOOK, STEP FORWARD LEFT, TOUCH RIGHT, STEP BACK RIGHT, KICK LEFT

1-2-3-4 Touch left to side, touch left together, touch left heel forward, hook left over right

5-6-7-8 Step left forward, touch right together, step right back, kick left forward

LEFT COASTER STEP, STEP FORWARD RIGHT, ¼ TURN LEFT, CROSS RIGHT

1-2-3-4 Step left back, step right together, step left forward, hold

5-6-7-8 Step right forward, turn ¼ left (weight to left), cross right over left, hold (9:00)

Restart happens here on 3rd wall. On count 7, instead of crossing right over left, touch right together, hold, ready to start again 3:00

STEP LEFT, TOUCH RIGHT IN OUT IN, STEP RIGHT TOUCH LEFT, STEP LEFT TOUCH RIGHT WITH CLAPS

1-2-3-4 Step left to side, touch right together, touch right to side, touch right together

5-6-7-8 Step right to side, touch left together (clap), step left to side, touch right together (clap)

Restart happens here on the 8th wall (12:00)

SIDE SHUFFLE WITH TURN ¼ RIGHT, STEP FORWARD LEFT, ½ RIGHT, STEP FORWARD LEFT

1-2-3-4 Step right to side, step left together, turn ¼ right and step right forward, hold (12:00)

5-6-7-8 Step left forward, turn ½ right, step left forward, hold (6:00)

FULL TURN LEFT TRAVELING FORWARD STEPPING RIGHT-LEFT-RIGHT, LEFT FORWARD ROCK, LEFT BACK, RIGHT TOGETHER (½ A COASTER STEP)

1-2-3-4 Turn ½ left and step right back, turn ½ left and step left forward, step right forward, hold (6:00)

Easy option : walk right forward, walk left forward, walk right forward, hold, 6:00

5-6-7-8 Rock left forward, recover to right, step left back, step right together

LEFT TOE STRUT, RIGHT TOE STRUT, STEP FORWARD LEFT, ¼ RIGHT, CROSS LEFT

1-2-3-4 Step left toe forward, drop left heel, step right toe forward, drop right heel

5-6-7-8 Step left forward, turn ¼ right (weight to right), cross left over right, hold (9:00)

LONG WEAVE TO RIGHT: RIGHT SIDE, LEFT BEHIND, RIGHT SIDE, LEFT IN FRONT, RIGHT SIDE, LEFT BEHIND, RIGHT SIDE LEFT TOGETHER

1-2-3-4 Step right to side, cross left behind right, step right to side, cross left over right

5-6-7-8 Step right to side, cross left behind right, step right to side, step left together

REPEAT

ENDING : Dance ends facing front on section 49-56. Make the ¼ turn on count 6.

Then as you cross left over, spread arms out to side

RESTART : Restart after count 24 on 3rd wall.

On count 23, instead of crossing right over left, touch right together, then hold, ready to start again facing 3:00 /

Restart after count 32 on the 8th wall (12:00)

<http://www.dancepizazz.com/>