

RELAX



Niveau Avancé - Phrasée - 2 murs

Algaly & Manu

Music : High Valley - Long way Home

Phrasé : A - A(56 counts) - B - TAG - A - B - B - A(40) - HOLD 4 counts - A(40) - B - A(32) - STOMP L

PART A

SECT-1 1/2 T R & STEP R FWD, HOLD, 1/2 T R & STEP L BACK, HOLD, ROCK STEP R BACK, HOLD

- 1 - 2 1/2 T à D, Pas PD devant - Pause
- 3 - 4 1/2 t à D, Pas PG derrière - Pause
- 5 - 6 Pas PG derrière - Pause - Pas PD derrière - Pause -
- 7 - 8 Rock Step PG derrière - Retour -PD - Pas PG devant

SECT-2 MAMBO STEP R, HOLD, HEEL L FWD, POINT L BACK, HEEL L FWD, FLICK L

- 1 - 2 Rock step PD devant - Retour /PG
- 3 - 4 Pas PD derrière - Pause
- 5 - 6 Touch Talon PG devant - Point Talon PG derrière
- 7 - 8 Touch Talon PG devant - Flick PG derrière

SECT-3 TRIPLE STEP LEFT-RIGHT-LEFT FWD, SCUFF, VAUDEVILLE L, HOOK R OVER L

- 1 - 2 Pas PG devant - Pas PG à côté de PG
- 3 - 4 Pas PG devant - Scuff PD à côté de PG
- 5 - 6 Croise PD devant PG - Pas PG à G
- 7 - 8 Touch PD devant - Hook PD devant Tibia G

SECT-4 1/4 T R & STEP R FWD, HOLD, 1/4 T R & STEP L TO L, HOLD, 1/4 T R & TRIPLE STEP RIGHT-LEFT-RIGHT FWD

- 1 - 2 1/4 t à D, Pas PD devant - Pause
- 3 - 4 1/4 t à D, Pas PG à G - Pause
- 5 - 6 1/4 t à D, Pas PD devant - Pas PG à côté de PD
- 7 - 8 Pas PD devant - Pause

SECT-5 1/4 T L & TRIPLE STEP LEFT-RIGHT-LEFT FWD, HOLD, ROCKING CHAIR R

- 1 - 2 1/4 t à G, Pas PG devant - Pas PD à côté de PG
- 3 - 4 Pas PG devant - Pause
- 5 - 6 Rock Step PD devant - Retour /PG
- 7 - 8 Rock Step PD derrière - Retour /PG

SECT-6 MAKING A TRAVELLING BACKWARDS : HEEL R FWD, RECOVER R & HEEL L FWD, RECOVER L & FLICK R BACK, STOMP R, SWIVEL R TO R (TOE, HEEL, TOE) STOMP L BESIDE R

- 1 - 2 (en reculant) Touch Talon PD devant - Retour /PD & Touch Talon PG devant
- 3 - 4 (en reculant) Retour /PG & Flick PD derrière - Stomp PD à côté de PG
- 5 - 6 Pivoter Pointe PD à D - Pivoter Talon PD à D
- 7 - 8 Pivoter Pointe PD à D - Stomp PG à côté de PD

SECT-7 KICK L FWD, BRUSH L BESIDE R, FLICK L BACK, STOMP L BESIDE R, SWIVEL L TO L (TOE, HEEL, TOE) STOMP UP R BESIDE L

- 1 - 2 Kick PG devant - Brush PG à côté de PD
- 3 - 4 Flick PG derrière - Stomp
- 5 - 6 Pivoter Pointe PG à G - Pivoter Talon PG à G
- 7 - 8 Pivoter Pointe PG à G - Stomp Up PD à côté de PG

SECT-8 STEP R TO R, STOMP UP L BESIDE R, STEP L TO LEFT, SCUFF R BESIDE L, ROCKING CHAIR R

- 1 - 2 Pas PD à D - Stomp Up PG à côté de PD
- 3 - 4 Pas PG à G - Scuff PD à côté de PG
- 5 - 6 Rock Step PD devant - Retour /PG
- 7 - 8 Rock Step PD derrière - Retour /PG

RELAX



Niveau Avancé - Phrasée - 2 murs

Algaly & Manu

Music : High Valley - Long way Home

PART B SECT-1 SCOOT L FWD (x2), CROSS R OVER L, RECOVER L & KICK R, RECOVER R & KICK L, CROSS L, RECOVER R & KICK L, STEP L FWD

- 1 - 2 (en sautant) petit saut avant /PG & Hitch PD (X2)
- 3 - 4 (en sautant) Croise PD devant PG & Hook PG derrière - Retour /PG & Kick PD devant
- 5 - 6 (en sautant) Retour /PD & Kick PG devant - Croise PG devant PD & Hook PD derrière
- 7 - 8 (en sautant) Retour /PD & Kick PG devant - Retour /PG devant

SECT-2 ROCKING CHAIR R, GRAPEVINE TO R, TOUCH L BESIDE R

- 1 - 2 Rock Step PD devant - Retour /PG
- 3 - 4 Rock Step PD derrière - Retour /PG
- 5 - 6 Pas PD à D - Croise PG derrière PD
- 7 - 8 Pas PD à D - Touch PG à côté de PD

SECT-3 1/4 T L & STEP L FWD, FULL TURN L, SCUFF, 1/4 L & STEP R TO R, SCUFF, STEP L TO L, SCUFF

- 1 - 2 1/4 t à G, Pas PG devant - 1/2 t à G, Pas PD derrière
- 3 - 4 1/2 t à G, Pas PG devant - Scuff PD à côté de PG
- 5 - 6 1/4 t à G, Pas PD à D - Scuff PG à côté de PD
- 7 - 8 Pas PG à G - Scuff PD à côté de PG

SECT-4 VAUDEVILLE POINT R BACK, 1/2 T R & DROP R HEEL, STEP L, 1/2 T R, STOMP L BESIDE R

- 1 - 2 Croise PD devant PG - Pas PG à G
- 3 - 4 Touch Talon PD devant - Pointe PD derrière
- 5 - 6 1/2 t à D, Pose Talon PD - Pas PG devant
- 7 - 8 1/2 t à D (PdC /PD) - Stomp PG à côté de PD

SECT-5 (JUMPING) OUT, IN & FLICK L BACK, KICK L FWD, CROSS L OVER R, RECOVER R & KICK L, RECOVER L & KICK R FWD, RECOVER R & STOMP L BESIDE R

- 1 - 2 (en sautant) Pas PD à D & Pas PG à G - Retour au centre & Flick PG derrière
- 3 - 4 (en sautant) Kick PG devant - Retour /PG & Kick PD devant
- 5 - 6 (en sautant) Croise PD devant PG & Hook PG derrière - Retour /PG & Kick PD devant
- 7 - 8 (en sautant) - Retour /PD devant - Stomp PG à côté de PD

SECT-6 ROCKING CHAIR R, GRAPEVINE TO R, TOUCH L BESIDE R

- 1 - 2 Rock Step PD devant - Retour /PG
- 3 - 4 Rock Step PD derrière - Retour /PG
- 5 - 6 Pas PD à D - Croise PG derrière PD
- 7 - 8 Pas PD à D - Touch PG à côté de PD

SECT-7 1/4 T L & STEP L FWD, FULL TURN L, SCUFF, 1/4 L & STEP R TO R, SCUFF, STEP L TO L, SCUFF

- 1 - 2 1/4 t à G, Pas PG devant - 1/2 t à G, Pas PD derrière
- 3 - 4 1/2 t à G, Pas PG devant - Scuff PD à côté de PG
- 5 - 6 1/4 t à G, Pas PD à D - Scuff PG à côté de PD
- 7 - 8 Pas PG à G - Scuff PD à côté de PG

SECT-8 VAUDEVILLE POINT R BACK, 1/2 T R & DROP R HEEL, STEP L, 1/2 T R, STOMP L BESIDE R

- 1 - 2 Croise PD devant PG - Pas PG à G
- 3 - 4 Touch Talon PD devant - Pointe PD derrière
- 5 - 6 1/2 t à D, Pose Talon PD - Pas PG devant
- 7 - 8 1/2 t à D (PdC /PD) - Scuff PG à côté de PD

SECT-9 VAUDEVILLE L, LARGE STEP R BACK, STOMP L BESIDE R, HOLD

- 1 - 2 Croise PG devant PD - Pas PD à D
- 3 - 4 Touch Talon PG devant - Ramène PG à côté de PD
- 5 - 6 Large step PD derrière (/2comptes)
- 7 - 8 Stomp PG à côté de PD - Pause

RELAX



Niveau Avancé - Phrasée - 2 murs

Algaly & Manu

Music : High Valley - Long way Home

TAG	Après la 1ère partie B : Reprendre les 3 premières sections de la partie A puis
SECT-4	1/4 T R & STEP R FWD, HOLD, 3/4 T R & STEP L TO L, HOLD, ROCK STEP R BACK, STOMP L, HOLD
1 - 2	1/4 t à D, Pas PD devant - Pause
3 - 4	3/4 t à D, Pas PG à G - Pause
5 - 6	(en sautant) Rock Step PD derrière - Retour /PG
7 - 8	Stomp PD à côté de PG - Pause

REPRENDRE AU DÉBUT AVEC LE SOURIRE !!!