



FROM THE HEART

FORMATION	: EN LIGNE
CYCLE	: 32 TEMPS
EXECUTION	: SUR 4 MURS
NIVEAU	: DEBUTANT / INTERMEDIAIRE
MUSIQUES	: Vertical Expression (Bellamy Brothers) – Album Line Dance Fever 10 – 102 BPM I've gotta find you (Lonestar) – Album Lonely grill – 90 BPM (<i>Pour apprentissage</i>) The heart stops the clock (James Bonamy)–Album Roots & wings/Steppin'country 4 – 116 BPM
CHORÉGRAPHE	: Leyonee Forbes
TRADUCTION	: Fred. (Electric Coyote Gang © – L.D.A.)

TEMPS	PAS	PIED
	Step side, Cross-Rock, Pas chassés ¼ tour, Pas pivot ½ tour, Rock & Cross	
1	Pas du G côté gauche,	G,
2 - 3	<u>Cross-Rock D</u> : Pied D croise devant G avec poids, retour du poids sur le pied G,	D,,
4 & 5	<u>Pas chassé ¼ tour D</u> : Pied D côté, pied G à côté du D & pied D côté en ¼ de tour à droite,	D,GD,
6 - 7	Pas du G devant, pivoter d'un ½ tour à droite (<i>Poids sur le D en fin de tour</i>),	G,,
8 & 9	Rock G côté gauche, ramener pied D à côté du G & croiser pied G devant le pied D,	G,DG,
	Pointe, Cross, Pas Locks, Rock-Step,Coaster-step	
10 - 11	Pointer D côté droit, croiser pied D en posant devant pied G,	D,D,
12 & 13	Pas du G devant, Lock du pied D derrière G & Pas du G devant,	G,DG,
14 - 15	<u>Rock-Step D</u> : Pied D devant G avec poids, retour du poids sur le pied G,	D,,
16 & 17	<u>Coaster step D</u> : D derrière, G à côté du D & D devant,	D,GD,
	Pas pivot ¼ tour, Croiser derrière, Décroiser, Croiser devant, Rock-Side, Pas chassés côtés	
18 - 19	Pas G devant, Pivoter d'un ¼ de tour à droite,	G,,
20 & 21	Croiser G derrière D, pas du D à droite & croiser G devant D,	G,DG,
22 - 23	<u>Rock-Step côté D</u> : Pied D sur le côté droit avec poids, retour du poids sur le pied G,	D,,
24 & 25	<u>Pas chassé côté D</u> : Pied D côté, pied G à côté du D & pied D côté,	D,GD,
	Mambo G, Mambo D ¼ de tour, Pas pivot ½ tour, Pas chassés côtés	
26 & 27	<u>Mambo avant G</u> : Pied G devant avec poids, retour du poids sur D & ramener G à côté du D,	G,DG,
28 & 29	<u>Mambo avant D</u> : Pied D devant avec poids, retour du poids sur G & pas du D en ¼ de tour à droite,	D,GD,
30 - 31	Pas du G devant, pivoter d'un ½ tour à droite,	G,,
32 & 1	<u>Pas chassé côté G</u> : Pied G côté, pied D à côté du G & pied G côté (<i>correspond au 1^{er} pas de la danse</i>)	G,DG
Recommencez la danse en gardant le sourire.		