



# The One

Musique : The Good Ones - Gabby Barrett - 90 BPM  
 Chorégraphe : Marie Claude Gil (FR) - Mai 2023  
 Type : 32 comptes - 4 murs  
 Niveau : Novice - 16 Comptes Tag + Restarts :  
 Mur 2 (9h00) et Mur 4 (6h00)  
 Restart : Mur 6 après 8 comptes (9h00)  
 Intro : 16 Comptes

## 1-8 RIGHT MAMBO, LEFT MAMBO, FORWARD MAMBO, COASTER STEP

1&2 Rock mambo PD côté, revenir PDC PG, Poser PD à côte du PG  
 3&4 Rock mambo PG côté, revenir PDC PD, Poser PG à côte du PD  
 5&6 Rock mambo PD devant, revenir PDC PG, Poser PD à côte du PG  
 7&8 PG derrière, Reculer PD, avancer PG

*ICI RESTART : Mur 6*

## 9-16 RIGHT STEP LOCK FORWARD, LEFT STEP LOCK FORWARD, STEP $\frac{1}{2}$ TURN, TRIPLE $\frac{1}{2}$ TURN

1&2 PD devant, Lock PG derrière PD, avancer PD  
 3&4 PG devant, Lock PD derrière PG, avancer PG  
 5-6 PD devant,  $\frac{1}{2}$  Tour à G, revenir PG

*ICI TAG + RESTART : MURS 2 et 4 remplacer la section 7&8 par Kick Ball Change PD + Restart*

7&8  $\frac{1}{2}$  Tour à G en Pas Chassés

## 17-24 LEFT SWEEP, RIGHT SWEEP, LEFT SWEEP, BEHIND SIDE CROSS, $\frac{1}{4}$ TURN, TRIPLE STEP, STEP $\frac{1}{2}$ TURN STEP

1-2 Rondé PG vers arrière + Poser PG derrière, Rondé PD vers l'arrière + poser PD derrière  
 3&4 Rondé PG vers l'arrière + Poser PG derrière, PD à D, Croiser PG devant PD  
 5&6  $\frac{1}{4}$  de Tour à D, Pas Chassés PD  
 7&8 PG devant,  $\frac{1}{2}$  Tour à D, PG devant

## 25-32 RIGHT AND LEFT VAUDEVILLE, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK $\frac{1}{2}$ TURN STEP

1&2& Croiser PD devant PG, Poser PG à côté PD, Talon PD diagonale à D, PD derrière  
 3&4& Croiser PG devant PD, Poser PD à côté PG, Talon PG diagonale à G, PG derrière  
 5&6 Croiser le PD devant le PG, PG à G, croiser le PD devant le PG  
 7&8 Rock PG côté,  $\frac{1}{2}$  Tour à G, Poser PG à G

*Et recommencez... toujours avec le sourire...*

DAXTON'S COUNTRY - 40100 DAX ASPTT Rue des Jonquilles - ZAC du Sablar <http://www.daxtons-country.fr>

Traduction par Daxton's Country pour une utilisation dans le cadre de nos manifestations.

Si vous constatez des différences avec l'original du chorégraphe, écrivez nous à [infos@daxtons-country.fr](mailto:infos@daxtons-country.fr)

Page 1 sur 1