



Daxton's Country

Adrenaline Rush

Musique : Shine In The Light de Anna Rossinelli
 Chorégraphe : Maggie Gallagher (09/2015)
 Type : Intermédiaire
 Niveau : 64 comptes - 2 murs - 133 bpm - 3 tags + 1 restart
 Intro : 16 temps (commencer avec le mot « picture »)

1-8 SIDE, BACK ROCK, CHASSE, BACK ROCK, CHASSE

1-2-3 PG pas à G, croiser PD derrière PG, remettre poids sur PG
 4&5 PD pas à D, mettre PG à coté PD, PD pas à D
 6-7 Croiser PG derrière PD, remettre poids sur PD
 8&1 PG pas à G, mettre PD à coté PG, PG pas à G

9-16 HOLD & SIDE, TOUCH, 1 ¼ TURN R, SIDE ROCK CROSS

2&3-4 Pause, mettre PD à coté PG, PG pas à G, toucher PD à coté PG
 5-6-7 ¼ tour à D et PD pas en avant, ½ tour à D et PG pas en arrière, ½ tour à D et PD pas en avant 3:00
 8&1 PG pas à G, remettre poids sur PD, croiser PG devant PD

17-24 SIDE ROCK, CROSS, SIDE, TOGETHER, CHASSE

2, 3, 4 PD pas à D, remettre poids sur PG, croiser PD devant PG
 5, 6 PG pas à G, mettre PD à coté PG
 7&8 PG pas à G, mettre PD à coté PG, PG pas à G

25-32 BUMP BACK, LOCK STEP, STEP ½ TURN R, LOCK STEP

1-2 PD pas en arrière et hanches en arrière, remettre poids sur PG
 3&4 PD pas en avant, croiser PG derrière PD, PD pas en avant
 5-6 PG pas en avant, ½ tour à D 09:00
 7&8 PG pas en avant, croiser PD derrière PG, PG pas en avant

33-40 POINT, HOLD & POINT, ¼ TURN L, HITCH, BUMP X3

1-2&3 Toucher pointe PD à D, pause, mettre PD à coté PG, toucher pointe PG à G
 4-5 ¼ tour à G (tourner sur PD), lever genou G 06:00
 6-7-8 PG pas en arrière et hanches en arrière, hanches en avant, hanches en arrière

41-48 BALL ¼ TURN L CROSS, HOLD, BALL CROSS, HITCH, JAZZ BOX ½ TURN R CROSS

&1-2 Mettre plante PD à coté PG, ¼ tour à G et croiser PG devant PD, pause 03:00
 &3-4 PD petit pas à D, croiser PG devant PD, lever genou D devant jambe G
 5-6-7 Croiser PD devant PG, ¼ tour à D et PG pas en arrière, ¼ tour à G et PD pas à D 09:00
 8 Croiser PG devant PD

49-56 SIDE, HOLD & SIDE ROCK & SIDE ROCK, SAILOR ¼ TURN L

1-2& PD pas à D, pause, mettre PG à coté PD
 3-4 PD pas à D, remettre poids sur PG
 &5-6 Mettre PD à coté PG, PG pas à G, remettre poids sur PD
 7&8 ¼ tour à G et PG pas en arrière, PD petit pas à D, PG petit pas en avant 06:00

57-64 WALK, KICK BALL CHANGE, TOUCH, BUMP X4

1-2&3 PD pas en avant, PG coup de pied en avant, mettre plante PG à coté PD, mettre PD à coté PG
 4 Toucher PG à coté PD

Restart au mur 3

5-6-7-8 Hanches à G, D, G, D

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

Adrenaline Rush

NOTE : 3 tags et 1 restart

Tag 1 Après mur 1, danser 16 comptes à 6:00
Tag 2 Après murs 2 & 6, danser 8 comptes à 12:00
Restart au mur 3, après 60 comptes, ne pas danser les bumps à la fin à 6:00

TAG 1 : SIDE, POINT, SIDE, POINT, SWAY DOWN DOWN UP UP, SIDE, TOUCH, SIDE, TOUCH, BUMP X4

1-2 PG pas à G (hanches à G et genoux légèrement fléchis), toucher pointe PD diagonal en avant à D
3-4 PD pas à D (hanches à D et genoux légèrement fléchis), toucher pointe PG diagonal en avant à G
5-6 Toucher PG à coté PD et avec genoux fléchis bouger les hanches à G, à D
7-8 Redresser et bouger les hanches à G, à D

1-4 PG pas à G, toucher PD à coté PG, PD pas à D, toucher PG à coté PD
5-8 Hanches à G, D, G, D

TAG 2 : SIDE, POINT, SIDE, POINT, SWAY DOWN DOWN UP UP

Danser comptes 1 à 8 du tag 1

NOTE : la danse finit avec le tag après mur 6

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

Page 2 sur 2