

BRUISES



Chorégraphe : Niels B. POULSEN - Stenstrup, DANEMARK / Février 2013

LINE Dance : 32 temps - 4 murs

Niveau : novice / intermédiaire

Musique : **Bruises - TRAIN & Ashley MONROE** - BPM 104/WCS Binaire

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 3 / 2014

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

Introduction : 16 temps

ROCK FORWARD RIGHT, RECOVER, RIGHT FULL TRIPLE CROSS, SIDE LEFT, BEHIND SIDE CROSS, QUICK LEFT SIDE ROCK

- 1.2 ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière
3&4 1/2 tour D, sur BALL PG.... pas PD avant - 1/4 de tour D.... pas PG à côté du PD....
... 1/4 de tour D.... CROSS PD devant PG - 12 : 00 -

OPTION sans tourner : COASTER CROSS D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - CROSS PD devant PG ↗

- 5 pas PG côté G
6&7 *BEHIND-SIDE-CROSS D* : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG
&8 ROCK STEP latéral G côté G, revenir sur PD côté D

CROSS, ¼ LEFT, SHUFFLE ½ LEFT, STEP ½ LEFT, WALK RIGHT LEFT

- 1.2 CROSS PG devant PD - 1/4 de tour G.... pas PD arrière - 9 : 00 -
3&4 1/2 tour G.... *SHUFFLE G* : 1/4 de tour G.... pas PG côté G - pas PD à côté du PG....
.... 1/4 de tour G.... pas PG avant - 3 : 00 -

5.6 pas PD avant - 1/2 tour PIVOT vers G (*appui PG*) - 9 : 00 -

7.8 *2 pas avant* : pas PD avant - pas PG avant

OPTION : FULL TURN G : 1/2 tour G ... pas PD arrière - 1/2 tour G ... pas PG avant

RESTARTS : sur les 4^{ème} et 8^{ème} murs, après 16 temps - 12 : 00 -

RIGHT & LEFT HEEL SWITCHES, ROCK RIGHT FORWARD, RIGHT BACK LOCK STEP, ¼ LEFT INTO LEFT CHASSE

- 1 TOUCH talon D avant,
&2 *SWITCH* : pas PD légèrement avant - TOUCH talon G avant
&3.4 *SWITCH* : pas PG légèrement avant - ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière
5&6 *SHUFFLE LOCK G arrière* : pas PG arrière - LOCK PD devant PG (*PD à G du PG*) - pas PG arrière
7&8 1/4 de tour G.... *SHUFFLE G latéral* : pas PG côté G - pas PD à côté du PG - pas PG côté G - 6 : 00 -

RIGHT HEEL TOUCH, GRIND ¼ RIGHT BACK, RIGHT COASTER STEP, LEFT SHUFFLE FORWARD, RIGHT KICK BALL STEP

- 1.2 pas talon D avant ↗ ... 1/4 de tour D, GRIND talon D, pointe PD à D ↗ - pas PG arrière **sur place** - 9 : 00 -
3&4 *COASTER STEP D* : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant
5&6 *SHUFFLE LOCK G avant* : pas PG avant - LOCK PD derrière PG (*PD à G du PG*) - pas PG avant

RESTART : sur le 9^{ème} mur, après 30 temps - 9 : 00 -

7&8 *KICK BALL STEP D* : KICK PD avant - pas BALL PD à côté du PG - pas PG avant

TAG : après les 2^{ème} et 6^{ème} murs

ROCK RIGHT FORWARD, SHUFFLE ½ RIGHT, ROCK LEFT FORWARD, SHUFFLE ½ LEFT

- 1.2 ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière
3&4 1/2 tour D.... *SHUFFLE D* : 1/4 de tour D.... pas PD côté D - pas PG à côté du PD....
.... 1/4 de tour D.... pas PD avant
5.6 ROCK STEP G avant, revenir sur PD arrière
7&8 1/2 tour G.... *SHUFFLE G* : 1/4 de tour G.... pas PG côté G - pas PD à côté du PG....
.... 1/4 de tour G.... pas PG avant



Bruises

Choreographed by **Niels B. POULSEN** - February 2013
Description : 32 count, 4 wall, Beginner / Intermediate Line Dance
Music : **Bruises by TRAIN & Ashley MONROE**

Intro : 16 counts

ROCK FORWARD RIGHT, RECOVER, RIGHT FULL TRIPLE CROSS, SIDE LEFT, BEHIND SIDE CROSS, QUICK LEFT SIDE ROCK

- 1-2 Rock right forward, recover to left
- 3&4 Turn ½ right and step right slightly forward, turn ¼ right and step left together, turn ¼ right and cross right over (12:00)
- Non-turning option: right coaster cross**
- 5 Step left side
- 6&7 Behind-side-cross right-left-right
- &8 Rock left side, recover to right

CROSS, ¼ LEFT, SHUFFLE ½ LEFT, STEP ½ LEFT, WALK RIGHT LEFT

- 1-2 Cross left over, turn ¼ left and step right back (9:00)
- 3&4 Chassé back left-right-left turning ½ left (3:00)
- 5-6 Step right forward, turn ½ left (weight to left) (9:00)
- 7-8 Step right forward, step left forward

Or full turn left

Restart from here on walls 4 and 8

RIGHT & LEFT HEEL SWITCHES, ROCK RIGHT FORWARD, RIGHT BACK LOCK STEP, ¼ LEFT INTO LEFT CHASSE

- 1&2& Touch right heel forward, step right slightly forward, touch left heel forward, step left slightly forward
- 3-4 Rock right forward, recover to left
- 5&6 Locking chassé back right-left-right
- 7&8 Turn ¼ left and chassé side left-right-left (6:00)

RIGHT HEEL TOUCH, GRIND ¼ RIGHT BACK, RIGHT COASTER STEP, LEFT SHUFFLE FORWARD, RIGHT KICK BALL STEP

- 1-2 Step right heel forward (toe turned in), turn ¼ right and step left back (right toe turned out) (9:00)
- 3&4 Right coaster step
- 5&6 Locking chassé forward left-right-left

Restart from here on wall 9

- 7&8 Right kick ball step

REPEAT

TAG : After walls 2 and 6

ROCK RIGHT FORWARD, SHUFFLE ½ RIGHT, ROCK LEFT FORWARD, SHUFFLE ½ LEFT

- 1-2 Rock right forward, recover to left
- 3&4 Chassé back right-left-right turning ½ right
- 5-6 Rock left forward, recover to right
- 7&8 Chassé back left-right-left turning ½ left

RESTARTS : Restart during wall 4 & 8, after 16 counts, facing 12:00
Restart during wall 9, after 30 counts, facing 9:00

<http://www.kickit.to/>