

PORTLAND CHA

64 Comptes 2 Murs Niveau : Avancé - Cha cha

Chorégraphes : Amy Glass (USA), Dustin Betts (USA), Jean-Pierre Madge (CH),

José Miguel Belloque Vane (NL), Simon Ward (AUS) & Niels Poulsen (DK) – Avril 2022

Musique : Mercy – Valtn : (iTunes etc.)

INTRO : 32 Comptes depuis le 1^{er} battement fort de la musique. Environ 17s. Début avec poids sur PG

INFO supplémentaire : **DEBUT FACE A (10:30)**.

NI TAGS - NI RESTARTS

[1-9] : **R BACK ROCK, RECOVER FLICK, WALK R, L STEP LOCK STEP, STEP TURN 3/8 L, FWD R & LOCK TOUCH**

1-3 Rock PD en arrière (1), revient sur PG avec Flick PD en arrière (2), PD devant

Style : en faisant le rock PD arrière, Kick PG devant avec la jambe tendue (10 :30)

4&5 PG devant (4), Lock PD derrière PG (&), PG devant (5) (10 :30)

6-7 PD devant (6), 3/8 tour à G avec PG devant (7) (6 :00)

8&1 PD devant (8), PG devant (&), Touch PD derrière PG (1) (6 :00)

[10-17] **HOLD, UNWIND ½ R, HOLD, BACK R WITH L TOUCH FWD, HOLD, BACK L, R COASTER STEP**

2-3 Pause (2), rapide ½ tour à D avec poids sur PG et Pop genou D devant (3) (12 :00)

4&5 Pause (4), PD derrière (&), léger Touch PG devant et Pop genou G devant (5) (12 :00)

6-7 Pause (6), PG derrière (7) (12 :00)

8&1 PD derrière (8), PG à côté PD (&), PD devant (1) (12 :00)

[18–25] : **WALK LR, L STEP LOCK STEP, ROCK R FWD, RECOVER L WITH R SWEEP, R SAILOR ¼ R SIDE**

2-3 PG devant (2), PD devant (3) (12 :00)

4&5 PG devant (4), Lock PD derrière PG (&), PG devant (5) (12 :00)

6-7 Rock PD devant (6), revient sur PG avec Sweep PD à D (7) (12 :00)

8&1 Croise PD derrière PG (8), ¼ tour à D petit pas PG à G (&), PD à D (1) (3 :00)

[26-32]: **HOLD, BALL ¼ R, STEP ¼ R, L SAMBA 1/8 L, PRESS R FWD**

2&3 Pause (2), PG à côté PD (&), ¼ tour à D avec PD devant (3) (6 :00)

4-5 PG devant (4), ¼ tour à D avec PD à D (5) (9 :00)

6&7 Croise PG devant PD (6), Rock PD à D (&), 1/8 tour à G revient sur PG (7) (7 :30)

8 Press PD en pliant un peu le genou D (8) (7 :30)

[33-40] : **BACK LRL WITH SWEEPS, BEHIND SIDE CROSS ¼ R, HOLD, BALL CROSS BEHIND 1/8 R, HOLD**

1-3 PG derrière avec Sweep PD (1), PD derrière avec Sweep PG (2), PG derrière avec Sweep PD

Style : faites vos 3 pas arrière avec énergie et souplesse (7 :30)

4&5 Cross PD derrière PG (4), 1/8 tr à D avec PG à G (&), 1/8 tr à D croisant PD devant PG (5) (10 :30)

6&7 Pause (6), PG à G (&), 1/8 tour à D en croisant PD derrière PG (7) (12 :00)

8 Pause (8) (12 :00)

[41-48] : **SYNCOPATED WEAVE, HOLD, HEEL BOUNCES 4 TIMES WITH 5/8 L**

- &1&2 PG à G (&), croise PD devant PG (1), PG à G (&), croise PD derrière PG (2) (12:00)
&3-4 PG à G (&), croise PD devant PG (3), Pause (4) (12 :00)
5-8 1/8 tour à G avec Bounce des talons (5), refaire 3x mais avec ¼ tr à la dernière (6-7-8) (4 :30)

[49-56] : **FWD R, TURN ¼ L, FWD R, TURN ¼ L, FWD R, TURN ¼ L, FWD R, TURN ¼ L**

- 1-2 PD devant (1), ¼ tour à G sur PG (2)

Style : chaque fois que vous avancez le PD avancez et reculez la hanche G (1),

en faisant le ¼ tour à G Roll des hanches à D et en avant (2) (1 :30)

- 3-4 PD devant (3), ¼ tour à G sur PG (4)

Style : répétez le style de 1-2

(10 :30)

- 5-6 PD devant (5), ¼ tour à G sur PG (6)

Style : répétez le style de 1-2

(7 :30)

- 7-8 PD devant (7), ¼ tour à G sur PG

Style : répétez le style de 1-2

(4 :30)

[57-64] : **R JAZZ BOX 1/8 R, CROSS, 1/8 L JUMP BOTH FEET TOGETHER, HOLD, HEEL BOUNCES X2**

- 1-4 Croise PD devant PG (1), 1/8 tour à D PG derrière (2), PD à D (3), croise PG devant PD (4) (6 :00)

- &5-6 Jump PD à D (&), 1/8 tour à G PG à côté PD (5), pause (6) (4 :30)

- &7&8 levez les talons (&), abaissez les talons (7), levez les talons (&), abaissez les talons (8) (4 :30)

RECOMMENCEZ DEPUIS LE DEBUT

FINAL : le mur 5 se termine à (4 :30)

Rock PD derrière avec Pop genou G devant (1), revient sur PG avec Pop genou D devant (2),

PD devant (3), 3/8 tour à G PG devant (&), PD devant (4)

(12 :00)

Traduit le 01/05/2022 par Joelle BONTEMPELLI