



www.kicknclap.com

One Step Forward

Chorégraphe : Betty Wilson

Description : Ligne, 4 murs, 20 temps

Niveau : Débutant

Musique : Chorégraphe:

One Step Forward – Desert Rose Band – Cd "Greatest Hits" – 138 bpm

Suggestion : Poor Boy Shuffle-Tractors – 148 bpm

TEMPS

DESCRIPTION DES PAS

1-6 STEP, TOUCH, BACK, DRAG, BACK, TOUCH Avancer, Toucher, Reculer, Glisser, Reculer, Toucher

1-2	1-2	PG avance diagonale G	PD plante touche près du PG
3-4	3-4	PD recule	PG glisse au sol et rejoint PD
5-6	5-6	PD recule	PG plante touche près du PD

7-10 SIDE, DRAG, SIDE, TOUCH Côté, Glisser, Côté, Toucher

7-8	1-2	PG pose sur le côté G	PD glisse au sol et rejoint PG
9-10	3-4	PG pose sur le côté G	PD plante touche près du PG

11-16 STEP, TOUCH, BACK, DRAG, BACK, TOUCH Avancer, Toucher, Reculer, Glisser, Reculer, Toucher

11-12	1-2	PD avance diagonale D	PG plante touche près du PD
13-14	3-4	PG recule	PD glisse au sol et rejoint PG
15-16	5-6	PG recule	PD plante touche près du PG

17-20 SIDE, DRAG, STEP ¼ TURN RIGHT, SCUFF Côté, Glisser, ¼ tour à D, Scuff

17-18	1-2	PD pose sur le côté D	PG glisse au sol et rejoint PD
19-20	3-4	PD pose à D avec ¼ tour	PG plante frotte le sol au passage

RECOMMENCEZ DEPUIS LE DEBUT....

Amusez-vous..... Souriez.....