



PROMISED

Niveau	NOVICE facile - Novembre 2015
Chorégraphes	José Miguel Belloque Vane Hollande Sebastiaan Holtland Hollande
Musique	Promised Land – Omi (Cd : Me 4 U 2015)
Description	4 Murs - 32 temps NO TAG / NO RESTART
Intro	32 temps (environ 16 sec après le début de la musique)

I - 8 TOE STRUT ACROSS, KICK BALL CROSS, 1/4 L, BACK, 1/4 L, SIDE, CROSS & CROSS

- 1-2 CROSS TOE STRUT latéral G : CROSS pointe PG devant PD (1) – DROP : abaisser talon G au sol (2)
- 3&4 KICK BALL CROSS D : KICK PD diagonale avant D (3) – pas BALL PD à côté du PG (&) - CROSS PG devant PD (4)
- 5-6 1/4 de tour à G... pas PD arrière 9h (5) – 1/4 de tour à G ... pas PG côté G (6) 6H
- 7&8 CROSS TRIPLE D vers G : CROSS PD devant PG (7) – petit pas PG côté G (&) - CROSS PD devant PG (8)

9 - 16 1/8 L, STEP, KICK, SIDE, KICK DIAG, BEKIND, 1/8 R, CROSS & CROSS

- 1-4 1/8 de tour à G ... pas PG avant 4H30 (1) – KICK PD avant (2) – 1/8 de tour à D ... pas PD côté D 6H (3) – KICK PG avant (4)
- 5-6 Pas PG derrière PD (5) – pas PD côté D (6)
- 7&8 CROSS TRIPLE G vers D : CROSS PG devant PD (7) – petit pas PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (8)

17-24 SIDE, HOLD, SAILOR STEP, SAILOR TURN 1/4 L, SAILOR TURN ACROSS 1/4 L

- 1-2 Pas PD côté D (1) - **HOLD (2)**
- 3&4 SAILOR STEP G : CROSS PG derrière PD (3) – petit pas PD côté D (&) - pas PG côté G (4)
- 5&6 SAILOR STEP D 1/4 de tour à G : CROSS PD derrière PG (5) – pas PG côté G en faisant 1/4 de tour à G 3H (&) pas PD avant (6)
- 7&8 SAILOR STEP G 1/4 de tour à G : CROSS PG derrière PD (7) – 1/4 de tour à G ... pas PD côté D 12H (&) - CROSS PG devant PD (8)

25-32 BACK JUMP DIAG, HOLD, SIDE JUMP, 1/8 L, BACK JUMP DIAG, FULL TURN L, 1/8 L, SIDE

- &1-2 JUMP PD sur diagonale arrière D (&) - TOUCH PG à côté du PD en faisant face à 12H (1) - **HOLD (2)**
- &3 JUMP PG côté G (&) - TOUCH PD à côté du PG en faisant face à 12H (3)
- &4 1/8 de tour à G ... JUMP PD sur diagonale arrière D 10H30 (&) - TOUCH PG à côté du PD (4)
- 5-6 Pas PG avant face à 10H30 (5) – 1/2 tour à G ... pas PD arrière (6) 4H30
- 7-8 1/2 tour à G ... pas PG avant 10H30 (7) – 1/8 de tour à G ... pas PD côté D 9H (8)