

LOST IN ME

Intermedio, 64 tempi, 4 pareti

Coreografia : David Villellas Musica: Wagon wheel - Nathan carter

SECT 1: TACCO DX FWD, PUNTA DIETRO, TACCO DX FWD CHIUDERE - TACCO SX FWD, SALTO ROCK INDIETRO, SCUFF SX

1-2 tocco tallone dx davanti, tocco punta dx dietro

3-4 tocco tallone dx davanti, piede dx (p.dx) a fianco del piede sx (p.sx)

5-6 tocco tallone sinistro (g equivale a gauche in francese, sinistra) avanti, rock indietro saltando piede sx dietro e calcio piede dx davanti

7-8 ritorno s/p dx davanti - scuff p. sx a fianco del p.dx.

SECT. 2: PASSO LOCK STEP, UNCINO DIETRO, ½ GIRO UNCINO DIETRO, ½ GIRO UNCINO DIETRO

1-2 p.sx. avanti, chiudere p.dx. dietro p. sx. (lock step)

3-4- p.sx. davanti – alzo il tallone del piede dx dietro

5-6 ½ giro a sx, p.dx. dietro – alzo il tallone del piede sx dietro

7-8 1/2 giro a sx, piede sx davanti – alzo il tallone del piede dx dietro

SECT 3: PASSO DIAGONALE, GIRO INTERO DIETRO, PUNTA A LATO, PASSO INDIETRO, PUNTA A LATO, ½ GIRO STOMP FWD (avanti)

1-2 piede dx davanti diagonale destra – piede sx avanti diagonale sinistra - (apro dx – apro sx)

3-4 ½ giro a dx, p dx davanti - ½ giro a dx piede sx dietro (In totale un giro completo)

5-6 tocco punta dx a destra - p dx dietro

7-8 tocco punta sx a sx - ½ giro a sx facendo perno sul piede dx - stomp piede sx davanti

SECT 4: CALCIO, STOMP UP, FLICK, STOMP, CALCIO, STOMP UP, FLICK, STOMP

1-2 calcio p. dx. davanti, stomp up p. dx. a fianco del p. sx.

3-4 flick p. dx. a destra, stomp p. dx. a lato del p.sx.

5-6 calcio p. sx. davanti, stomp up, p. sx. a fianco del p. dx.

7-8 flick p. sx a sinistra stomp p. sx. a fianco del p. dx.

SECT 5: TACCO dx FWD(avanti)INCROCIATO(davanti al sx), TACCO FWD, DIAGONALE dx , TACCO FWD DOPPIO, TACCO avanti sx, TACCO avanti dx - PUNTA sx DIETRO, ½ GIRO TACCO sx FWD

1-2 tocco tallone destro incrociato davanti al p. sx. - tocco tallone destro davanti diagonale destra

3-4 toccare tallone dx. davanti (x 2 volte)

5-6 (saltando) ritorno s/ p. dx. e toccare tallone sx. davanti, - ritorno s/ p. sx. e toccare tallone dx. davanti

7-8 (saltando) ritorno s/ p.dx. e toccare punta sx. dietro, ½ giro sx. s/p dx e toccare tallone sx. davanti.

SECT. 6: INCROCIO E UNCINO - CALCIO - INCROCIO E UNCINO DOPPIO - CALCIO FWD – FLICK - SCUFF

(tutto saltato)

1-2 p. sx. incrociato davanti al p.dx e uncino (hook) p. dx. dietro ginocchio sx - ritorno s/pd e calcio p.sx. davanti

3 p. sx. incrociato davanti al p.dx e uncino (hook) p. dx. dietro ginocchio sx.

4 saltare sul /p sx arretrando e uncino (hook) p. dx. dietro

5-6 ritorno sul p dx e calcio p. sx. davanti - ritorno s/p sx e calcio p. dx. davanti

7-8 ritorno s/pd davanti e flick piede sx dietro - scuff p. sx. a fianco del p. dx.

SECT. 7: PASSO LOCK STEP FWD – STOMP - CALCIO INCROCIATO (kick ball cross), PASSO DI LATO dx - PUNTA A LATO sx

1-2 p.sx. davanti - chiudere p. dx. dietro p. sx.(lock step)

3-4 p. sx. davanti - stomp up, p. dx. a fianco del p. sx.

5 & 6 calcio p. dx davanti - p. dx. a fianco del p. sx e p. sx. incrociato davanti al p. dx.

7-8 p. dx. a destra - tocco punta sx. a sx (ginocchio sx verso l'interno)

SECT 8: ¼ di GIRO - GIRO INTERO – SCUFF - PASSO FWD - STOMP –

PASSO INDIETRO - STOMP

1-2 ¼ giro a sx, p.sx. avanti - ½ giro a sx, p. dx dietro

3-4 ½ giro a sx, p. sx. avanti – scuff piede dx a fianco del p.sx.

5-6 p. dx. avanti - stomp p. sx. a fianco del p.dx.

7-8 p. dx. dietro - stomp, p. sx. a fianco p.dx

Riprendere dall'inizio