



FOUR FIVE SECONDS

Chorégraphe : **Kate Sala (mars 2015)**

Description : Line dance - 64 comptes - 4 murs - 2 restarts

Séquence : 48 - Restart - 64 - 64 - 64 - 48 - Restart - 64 - 64

Niveau : Intermédiaire

Musique : Four Five Seconds [Extended Workout Mix] (The Workout Crew): 4: 06min

Intro : 64 comptes (33 secondes)

POT COMMUN 2015/2016

STEP FWD, LOCK WITH HITCH, STEP BACK, TOUCH, STEP FWD, PADDLE LEFT X 2, CROSS STEP

- 1-2 PD devant, Lock PG croisé derrière PD + lever genou D (Hitch)
- 3- 4-5 PD posé derrière, toucher pointe PG juste devant PD avec genou G plié, PG devant
- 6-7 ¼ de tour à G + pointer PD à D, ¼ de tour à G + pointer PD à D (Paddle Turns) 6h
- 8 PD croisé devant PG

POINT L & LONG STEP R, TOGETHER, MODIFIED JAZZBOX, STEP R, PIVOT ¼ TURN L

- 1&2 Pointer PG à G, ramener PG à côté du PD, faire un grand pas PD à D
- 3-4 PG à côté du PD, PD croisé devant PG
- 5&6 PG derrière, PD à D, PG croisé devant PD
- 7-8 PD à D, ¼ de tour à G + PG devant 3h

FWD ROCK, RECOVER, FULL TURN BACK, STEP BACK BUMPING HIPS BACK X 2, MAMBO STEP

- 1-2 Rock PD devant, revenir sur PG
- 3-4 ½ tour à D + PD devant, ½ tour à D + PG derrière
- 5&6 Petit pas PD sur la plante derrière + pousser les hanches à l'arrière, Lock PG croisé devant PD, PD derrière
- 7&8 Mambo Step : Rock PG derrière, revenir sur PD, PG devant

CROSS, SIDE & HEEL DIG ACROSS BALL SIDE STEP, TOUCH BEHIND PIVOT ½ TURN, STEP ½ TURN

- 1-2 PD croisé devant PG, PG à G
- &3&4 Petit pas PD derrière, Dig talon G croisé devant PD, poser PG, PD à D
- 5-6-7-8 Pointe G derrière talon D, ½ tour à G (finir en appui sur PG), PD devant, ½ tour à G + PG devant

CROSS ROCK, RECOVER, SWEEP, WEAVE LEFT, SIDE ROCK, RECOVER, WEAVE RIGHT

- 1-2 Rock PD croisé devant PG, revenir sur PG + balayage D d'avant en arrière
- 3&4 PD croisé derrière PG, PG à G, PD croisé devant PG
- 5- 6 Rock PG à G, revenir sur PD
- 7&8 PG croisé derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD

TURN ½ L, CROSS ROCK, STEP R, CROSS, ¼ TURN L, ¼ TURN L INTO LEFT CHASSE

- 1-2 ¼ de tour à G + PD derrière, ¼ de tour à G + PG à G 9h
- 3&4 Rock PD croisé devant PG, revenir sur PG, PD à D
- 5-6 PG croisé devant PD, ¼ de tour à G + PD derrière 6h
- 7&8 ¼ de tour à G + PG à G, PD à côté du PG, PG à G 3h

RESTART ici pendant les 1er et 5ème murs

CROSS, BACK, BACK X 2, STEP FWD, PIVOT 1/2 TURN L, PIVOT 1/2 R, STEP PIVOT 1/2 TURN L, STEP

- 1&2 PD croisé devant PG, petit pas PG vers diagonale arrière G, petit pas PD vers diagonale arrière D
3&4 PG croisé devant PD, petit pas PD vers diagonale arrière D, petit pas PG vers diagonale arrière G
5-6-7 PD devant, ½ tour à G avec appui sur les plantes, ½ tour à D sur les plantes + appui sur PD devant
8&1 PG devant, ½ tour à D sur plante G + PD devant, PG devant 9h

PIVOT 1/2 TURN LEFT, PIVOT ½ RIGHT, MAMBO STEP, STEP BACK X 2

- 2-3-4 PD devant, ½ tour à G avec appui sur les plantes, ½ tour à D sur les plantes + appui sur PD devant
5&6 Mambo Step: Rock PG devant, revenir sur PD, PG derrière
7-8 Deux pas en arrière: PD, PG

REPRENEZ AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE