

I FEEL BAD

Lucien Castonguay

Danse de partenaires Intermédiaire 64 comptes

Position Sweetheart Face à L O D

les pas de l'homme et de la femme sont de type opposé sauf, si indiqué

Musique : I feel Bad / Dean Miller 122 BPM

Intro de 16 comptes, départ sur le mot Bad

1,8 STEP POINT STEP POINT ROCK STEP BACK LOCK BACK

- 1,2 H : PG devant- pointe D à droite derrière la femme
F ; PD devant- pointe G à gauche devant l'homme
- 3,4 H : PD devant- pointe G à gauche
F : PG devant-pointe D à droite
- 5,6 H : Rock du PG devant – retour sur le PD
F : Rock du PD devant – retour sur le PG
- 7&8 H : PG derrière- lock du PD devant le PG- PG derrière
F : PD derrière- lock du PG devant le PD- PD derrière

9,16 BACK ROCK STEP SHUFFLE FWD (STOMP DOWN) X2

- 1,2 H ; Rock du PD derrière- retour sur le PG
F : Rock du PG derrière – retour sur le PD
- 3&4 H : Shuffle PD, PG, PD, en avançant
F : Shuffle PG, PD,PG, en avançant
- 5&6 H : Shuffle PG,PD,PG , en avançant
F : Shuffle PD,PG,PD en avançant
- 7,8 H : Stomp down du PD devant – stomp down du PG devant
F : Stomp down du PG devant – stomp down du PD devant

17,24 ROCK STEP ¼ TURN AND SIDE SHUFFLE BACK ROCK STEP ¼ TURN AND SHUFFLE BACK

- 1,2 H : Rock du PD devant-retour sur le PG
F : Rock du PG devant- retour sur le PD
Ne pas lâcher les mains, la femme passe sous les bras D
- 3&4 H : ¼ de tour à droite et shuffle PD, PG, PD de côté, vers la droite
F : ¼ de tour à gauche et shuffle PG, PD, PG de côté, vers la gauche
Homme face à O,L,O,D et femme face à I,L,O,D
Position Double Cross hand hold mains D sur le dessus
- 5,6 H : Rock du PG derrière- retour sur le PD
F : Rock du PD derrière- retour sur le PG
Lâcher les mains
- 7&8 H : ¼ de tour à droite et shuffle PG, PD, PG en reculant
F : ¼ de tour à gauche et shuffle PD,PG, PD en reculant
Face à R,L,O,D Main D de l'homme et main G de la femme libres
Main G de l'homme dans le dos de la femme, main D de la femme dans le dos de l'homme

25,32 BACK ROCK STEP ½ TURN AND SHUFFLE BACK BACK ROCK STEP STOMP DOWN X2

- 1,2 H : Rock du PD derrière- retour sur le PG
F : Rock du PG derrière- retour sur le PD
- 3&4 H : ½ tour à gauche et shuffle PD,PG,PD en reculant
F : ½ tour à droite et shuffle PG,PD,PG en reculant
Face à LOD Main G de l'homme et main D de la femme libres
Main D de l'homme dans le dos de la femme, main G de la femme dans le dos de l'homme
- 5,6 H : Rock du PG derrière- retour sur le PD
F : Rock du PD derrière- retour sur le PG
- 7,8 H : Stomp down du PG devant- stomp down du PD devant
F : Stomp down du PD devant – stomp down du PG devant

33,40 SIDE SHUFFLE BACK ROCK STEP KICK BALL STEP BACK ROCK STEP

- 1&2 H : Shuffle PG, PD,PG, de côté, vers la gauche
F : Shuffle PD,PG,PD de côté vers la droite
- 3,4 H : Rock du PD derrière- retour sur le PG
F : Rock du PG derrière- retour sur le PD
- 5&6 H : Kick du PD devant – PD à côté du PG- PG devant
F : Kick du PG devant- PG à côté du PD- PD devant
- 7,8 H : Rock du PD derrière- retour sur le PG
F : Rock du PG derrière- retour sur le PD

41,48 SHUFFLE FWD SHUFFLE ½ TURN SHUFFLE ½ TURN (STOMP DOWN) X2

- 1&2 H : Shuffle PD,PG,PD en avançant
F : Shuffle PG,PD,PG en avançant
Lâcher les mains
- 3&4 H : Shuffle PG,PD,PG en avançant, ½ tour à droite
F : Shuffle PD,PG,PD en avançant, ½ tour à gauche
- 5&6 H : Shuffle PD,PG,PD, en avançant ½ tour à droite
F : Shuffle PG,PD,PG, en avançant ½ tour à gauche
Position Sweetheart, face à L,O,D
- 7,8 H : Stomp down du PG devant- stomp down du PD devant
F : Stomp down du PD devant -stomp down du PG devant

49,56 ROCKING CHAIR ROCK STEP ¼ CROSS SHUFFLE

- 1,2 H : Rock du PG devant- retour sur le PD
F : Rock du PD devant- retour sur le PG
- 3,4 H : Rock du PG derrière- retour sur le PD
F : Rock du PD derrière- retour sur le PG
Ne pas lâcher les mains, la femme passe sous les bras D
- 5,6 H : Rock du PG devant- ¼ de tour à droite et retour sur le PD
F : Rock du PD devant – ¼ de tour à gauche et retour sur le PG
Homme face à O,L,O,D et femme face à I,L,O,D,
Position double cross hand hold mains D sur le dessus
- 7&8 H : Croiser le PG devant le PD- PD à droite- croiser le PG devant le PD
F : Croiser le PD devant le PG- PG à gauche- croiser le PD devant le PG

57,64 SIDE BEHIND SIDE CROSS SIDE BACK ROCK STEP ¼ TURN (STOMP DOWN)
X2

- 1,2 H : PD à droite- croiser le PG derrière le PD
F : PG à gauche- croiser le PD derrière le PG
- &3,4 H : PD à droite- croiser le PG devant le PD- PD à droite
F : PG à gauche- croiser le PD devant le PG- PG à gauche
Passer les bras D au- dessus de la tête de la femme
- 5,6 H : Rock du PG derrière, ¼ de tour à gauche- retour sur le PD
F : Rock du PD derrière, ¼ de tour à droite- retour sur le PG
Reprendre la position sweetheart face à L,O,D
- 7,8 H : Stomp down du PG devant- stomp down du PG devant