FEEL GOOD FRIDAY

Chorégraphe: Simon Ward (AUS) - Avril 2025
Descriptions: line dance, 88 comptes, 1 mur, phasée avancé,
Musique: Healing Hands - Elton John : (Album: Sleeping With The Past)
Sequence: A,A,B,C,Tag,A,A,B,C,Tag,A-,B,C,C,B,C
La danse commence sur les paroles
Terminer la danse au compte 1 en faisant un pas vers la droite et en levant lentement les deux bras devant le corps pendant que la musique s'estompe.

PARTIE A – 32 comptes
[1-8] R L FWD, BALL/CROSS, R STEP, L FWD, PIVOT ½ R, L SHUFFLE FWD
1-2 PD en avant, PG en avant
&3-4 PD à droite en faisant 1/8 de tour à gauche, PG croisé devant PD, PD avec 1/8 de tour à droite (12H)
5-6 PG en avant, ½ tour à droite appui PD (6H)
7&8 PG en avant, PD rejoint PG, PG en avant

[9-16] R FWD, SPIRAL TURN L, L SHUFFLE FWD, ROCK R FWD, RECOVER L, R LOCK BACK
1-2 PD en avant, spiral turn lente 7/8 de tour à gauche appui sur PD (7H30)
3&4 PG en avant, PD rejoint PG, PG en avant
5-6 Rock step PD en avant, revenir appui sur PG
7&8 PD en arrière, PG croisé devant PD, PD en arrière

[17-24] L BACK ON DIAGONAL, TOUCH R, HOLD, R BACK, TOUCH L, L BACK, TOUCH R, ¼ TURN R, POINT L, FULL TURN L
&1-2 1/8 de tour à gauche pour revenir face à 6H PG en diagonale arrière gauche, touch PD à côté du PG, pause (6H)
&3&4 PD en diagonale arrière droite, touch PG à côté du PD, PG en diagonale arrière gauche, touch PD à côté du PG, pause
&5-6 ¼ de tour à droite PD à droite, pointe PG à gauche, ¼ de tour à gauche PG en avant (6H)
7-8 ½ tour à gauche PD en arrière, ¼ de tour à gauche PG à gauche (9H)

[25-32] CROSS/ROCK R, RECOVER L, CHASSE R WITH ¼ TURN R, L FWD, PIVOT ½ R, SHUFFLE L FWD
1-2 Rock step PD croisé devant PG, revenir appui sur PG
3&4 PD à droite, PG à côté du PD, ¼ de tour à droite PD en avant (12H)
5-6 PG en avant, ½ tour à droite appui sur PD (6H)
7&8 PG en avant, PD rejoint PG, PG en avant

Note: Pour **"A-"** faire ½ tour à gauche après le compte 32 pour commencer la partie B face à midi
Cla arrive pendant la partie instrumentale

PARTIE B – 16 comptes (démarre toujours face à midi)
[1-8] ROCK R TO R, RECOVER L, CROSS R CHASSE, ROCK L TO L, RECOVER R, CROSS L CHASSE
1-2 PD à droite en ramenant la main droite du bas vers le haut, revenir appui sur le PG
3&4 PD croisé devant PG, PG à gauche, PD croisé devant PG (se déplacer légèrement vers l'avant)
5-6 Rock PG à gauche en pointant l'index gauche à gauche et en le regardant, revenir appui sur PD
7&8 PG croisé devant PD, PD à droite, PG croisé devant PD(se déplacer légèrement vers l'avant)

[9-16] ROCK R FWD, RECOVER L, SHUFFLE ½ TURN R, 1 ¼ TURN RIGHT, TOUCH R & CLAP
1-2 Rock step PD en avant, revenir appui sur PG
3&4 ¼ de tour à droite PD à droite, PG à côté du PD, ¼ de tour à droite PD en avant (6H)
5-6 ½ tour à droite PG en arrière en levant le genou droit, ½ tour à droite PD en avant en levant le genou gauche (6H)
7-8 ¼ de tour à droite PG à gauche, touch PD à côté du PG & clap (9H)

PARTIE C – 40 comptes (Commence toujours face à 9H)
[1-8] STEP R, TRANSFER WEIGHT L,R,L WITH R ARM RAISED, R SIDE THEN CROSS/STEP L X 2 WITH ARMS

1-2 PD à droite en levant la main droite vers midi face vers le sol, revenir appui sur PG en laissant la main sur place (regarder la main droite vers le haut sur les 2 comptes) 9H
3-4 Revenir appui sur PD en laissant la main sur place, revenir appui sur PG en la main vers le bas
5-6 PD à droite en lançant les 2 mains vers le haute en direction de midi, PG croisé devant PD en en ramenant les deux mains vers le bas et en travers du bas du corps (garder la tête tournée vers le haut en direction de 12.00 sur ces comptes)
7-8 PD à droite en lançant les 2 mains vers le haute en direction de midi, PG croisé devant PD en en ramenant les deux mains vers le bas et en travers du bas du corps (garder la tête tournée vers le haut en direction de 12.00 sur ces comptes)

[9-16] ROCK R WITH ARM, ¼ TURN L, FULL TURN L, WALK FWD R,L,R,L WITH ARMS RAISING UP

1-2 Rock PD à droite en regardant vers 12.00 tout en tendant le bras droit directement devant soi avec la paume tournée vers la gauche, ¼ de tour à gauche appui sur PG en baissant le bras
3-4 ½ tour à gauche PD en arrière, ½ tour à gauche PG en avant (6H)
5-8 Marche PD.PG.PD.PG (les deux bras se lèvent lentement devant le corps pendant la marche)

[17-24] R SIDE, TOUCH L HEEL, HOLD, STEP ON L, CROSS R, L SIDE, ROCK R BACK, RECOVER L, SHUFFLE R FWD

&1-2 PD à droite, talon gauche en diagonale gauche, pause
&3-4 PG à côté du PD, PD croisé devant PG, PG à gauche
5-6 1/8 de tour à droite rock PD en arrière, revenir appui sur PG (7H30)
7&8 PD en avant, PG rejoint PD, PD en avant

[25-32] L FWD, TOUCH R TOE TURNING ¼ R, STEP R, TOUCH L TOE, ROCK L, ¼ TURN R, FULL TURN R

1-2 PG en avant, ¼ de tour à droite en pointant PD en diagonale droite (10H30)
3-4 Appui sur PD, pointe PG en diagonale gauche
5-6 Rock PG à gauche en regardant à gauche, revenir appui sur PD en faisanr ¼ de tour à droite (1H30)
7-8 ½ tour à droite PG en arrière, ½ tour à droite PD en avant (1H30)

[33-40] LOCK/SHUFFLE FWD L, R FWD, PIVOT ¼ L, R FWD, PIVOT 3/8 L, R FWD, PIVOT ½ TURN L

1&2 PG en avant, lock PD derrière PG, PG en avant
3-4 PD en avant, ¼ de tour à gauche en tournant des hanches appui sur PG (10H30)
5-6 PD en avant, 3/8 de tour à gauche en tournant des hanches appui sur PG (6H)
7-8 PD en avant, ½ tour à gauche appui sur PG (12H)

Note: Après le 3ème C face à midi, faire un ¼ de tour à gauche face à 9:00 en faisant un pas vers la droite pour continuer le compte 1 du 4ème C.

TAG – 8 comptes (commence toujours face à midi)
[1-8] ROCK R FWD, RECOVER L, SHUFFLE ½ TURN R, ROCK L FWD, RECOVER R, SHUFFLE ½ TURN L

1-2 Rock PD en avant, revenir appui sur PG (12H)
3&4 ¼ de tour à droite PD à droite, PG à côté du PD, ¼ de tour à droite PD en avant (6H)
5-6 Rock PG en avant, revenir appui sur PD
7&8 ¼ de tour à gauche PG à gauche, PD à côté du PG, ¼ de tour à gauche PG en avant

DANSEZ EN GARDANT TOUJOURS LE SOURIRE!

https://youtu.be/vjoZ4rF4aH8