



THE BREAK

Musique : "Breakout " de Ronan Hardiman (Lord Of The Dance)

Chorégraphe : Maggie GALLAGHER (2003)

Type : 4 murs, 64 temps, Phrasée avec Pont

Niveau : Intermédiaire Avancée

Rythme : Irlandais

Phrase : Section A 8 fois, pont, section B jusqu'à la fin

SECTION A (16 temps) à danser 8 fois

1-4 STOMP CROSS ROCK & HEEL, STOMP CROSS ROCK & HEEL

- 1& Croiser en frappant PD devant PG, Revenir sur PG
- a2& PD près du PG, Talon PG devant & PG près du PD
- 3& Croiser en frappant PD devant PG, Revenir sur PG
- a 4& PD près du PG, Talon PG devant & PG près du PD

5-8 RIGHT SHUFFLE, SCUFF HITCH STEP, SCUFF HITCH STEP, STOMP, STOMP

- 1& a Pas chassés avant PD – PG – PD
- 2& a Scuff PG, Lever genou gauche, PG près du PD
- 3& a Scuff PD, Lever genou droit, Frapper PD
- 4 Frapper PG

9-12 ROCK BACK RECOVER, SIDE STEP TOGETHER ¼ TURN

- 1& PD en arrière, Revenir sur PG
- a 2 PD à droite, Frapper PG près du PD (pdc sur PG)
- 3& a4 ¼ tour à gauche : PD – PG – PD – PG

3:00

13-16 CROSS ROCK STOMP, CROSS ROCK STOMP, STEP

- 1& Croiser en frappant PD devant PG, Revenir sur PG
- a 2 PD à droite, Croiser en frappant PG devant PD
- & a Revenir sur PD, PG à gauche
- 3& Croiser en frappant PD devant PG, Revenir sur PG
- a 4 PD à droite, PG près du PD

Après 8 fois vous vous retrouvez sur le mur de départ

PONT (16 temps à 12H)

1-8 PADDLE FULL TURN RIGHT, PADDLE FULL TURN LEFT (Mains sur les hanches)

- 1&2 ¼ à droite – paddle sur le PG , ¼ tour à droite
- &3&4 Paddle sur PG, ¼ tour à droite , Paddle sur PG, ¼ tour à droite
- 5&6 ¼ tour à gauche, paddle du PD, ¼ tour à gauche
- &7&8 Paddle du PD, ¼ tour à gauche, Paddle du PD, ¼ tour à gauche

9-16 CROSS ROCK STEP, CROSS ROCK STEP, TOUCH, HOLD

- 1-2 Croiser PD devant PG, Revenir sur PG
- 3 PD à droite
- 4-5 Croiser PG devant PD, Revenir sur PD
- 6 PG à gauche
- 7-8 Toucher PD près du PG, Pause

SECTION B (32 temps)

1-8 RIGHT CHASSE, CROSS ROCK, LEFT CHASSE ¼ TURN, ½ TURN

- 1&2 Pas chassés à D (PD,PG,PD)
3-4 Croiser PG devant PD, Revenir sur PD
5&6 Pas chassés à G (PG,PD,PG) en tournant ¼ tour à gauche
7-8 PD devant, Pivot ½ tour à gauche

9:00
3:00

9-16 HEEL & HEEL & TOE & HEEL & HEEL & TOE & STOMP, STOMP

- 1&2 Talon PD devant, PD près du PG, Talon gauche devant
&3&4 PG près du PD, Toucher pointe PD derrière PG, PD près du PG, Talon PG devant
&5&6 PG près du PD, Talon droit devant, PD près du PG, Pointe PG derrière PD
&7-8 PG près du PD, Frapper PD près du PG, Frapper PG près du PD

17-24 STEP SLIDE BALLCHANGE, STEP SLIDE BALLCHANGE

- 1-2-3 Grand pas PD à droite, Glisser PG près du PD (2 temps) (pdc sur PD à 3)
&4 Pas sur plante PG, Revenir sur PD
5-6-7 Grand pas PG à gauche, Glisser PD près du PG (2 temps) (pdc sur PG à 7)
&8 Pas sur la plante PD, Revenir sur PG *

Lorsque vous allez à droite, levez les bras au niveau des épaules, bras gauche tendu, bras droit plié. Puis en les balançant vers le bas faire le contraire quand vous allez à gauche

25-32 STEP FULL TURN, ROCK RECOVER, COASTER STEP, SCUFF

- 1 PD devant
2-3 ½ tour à droite PG derrière, ½ tour à droite PD devant
4-5 PG devant, Revenir sur PD
6&7 PG derrière, PD près du PG, PG devant
8 Scuff PD sur le côté droit (garder pdc sur PG)

Recommencer la section B jusqu'à la fin de la danse...

AUTRE POSSIBILITE de COMPTES de la SECTION A

STOMP CROSS ROCK & HEEL, STOMP CROSS ROCK & HEEL

- 1-2-3 Stomp D croisé devant PG, PG derrière, PD à côté du PG
4-5-6 Talon G devant, pause, PG à côté du PD
1-2-3 Stomp D croisé devant PG, PG derrière, PD à côté du PG
4-5-6 Talon G devant, pause, PG à côté du PD

RIGHT SHUFFLE, SCUFF HITCH STEP, SCUFF HITCH STEP, STOMP, STOMP

- 1-2-3 Chassé droit devant (DGD)
4-5-6 Scuff G, hitch G, PG devant
1-2-3 Scuff D, hitch D, PD devant
4-5-6 Stomp G, pause, pause

ROCK BACK RECOVER, SIDE STEP TOGETHER ¼ TURN

- 1-2-3 PD derrière, revenir sur PG, PD à droite
4-5-6 Stomp G à côté du PD (pdc sur PG), pause, pause
1-6 ¾ de tour à gauche (DGDG), pause, pause

CROSS ROCK STOMP, CROSS ROCK STOMP, STEP

- 1-2-3 Stomp D croisé devant PG, revenir sur PG, PD à droite
4-5-6 Stomp G croisé devant PD, revenir sur PD, PG à gauche
1-2-3 Stomp D croisé devant PG, revenir sur PG, PD à droite
4-6 Stomp G à côté du PD, pause, pause

Recommencer..... et toujours avec le sourire