



Trix & Harry-Gion Flepp

The Pulse

Line Dance, 64 Counts, 4 Walls

Chorégraphe: Kate Sala
Musique : Who Owns My Heart
CD : Can't Be Tamed
Intro : 32 temps

Niveau :
Artiste :
BPM :

Intermédiaire
Miley Cyrus
136

STEP, POINT, BACK, POINT, COASTER STEP, STEP ½ TURN L

1, 2 PG pas en avant, toucher pointe D à D
3, 4 PD pas en arrière, toucher pointe G à G
5 & 6 PG pas en arrière, mettre PD à côté PG, PG pas en avant
7, 8 PD pas en avant, ½ tour à G

STEP ½ TURN L, CROSS, SIDE, SAILOR ¼ TURN R, SHUFFLE FWD

1, 2 PD pas en avant, ½ tour à G
3, 4 Croiser PD devant PG, PG pas à G
5 & 6 Croiser PD derrière PG, ¼ tour à D et PG petit pas à G, PD petit pas en avant
7 & 8 PG pas en avant, mettre PD à côté PG, PG pas en avant (3h00)

FULL TURN L, ROCK STEP FWD, BACK-HEEL SWIVEL, BACK, POINT

1, 2 ½ tour à G et PD pas en arrière, ½ tour à G et PG pas en avant
3, 4 PD pas en avant, remettre poids sur PG
5 & 6 PD pas en arrière, avec le poids sur les plantes tourner les talons à G, remettre talons au milieu
7, 8 PG pas en arrière, toucher pointe D à D

HITCH-BALL-CROSS, SIDE ROCK, BEHIND-SIDE-CROSS, SIDE ROCK

1 & 2 Lever genou D, mettre plante PD à côté PG, croiser PG devant PD
3, 4 PD pas à D, remettre poids sur PG
5 & 6 Croiser PD derrière PG, PG pas à G, croiser PD devant PG
7, 8 PG pas à G, remettre poids sur PD

BEHIND-SIDE-STEP, SHUFFLE FWD, STEP ¼ TURN R, CROSS, SIDE

1 & 2 Croiser PG derrière PD, PD pas à D, PG pas en avant
3 & 4 PD pas en avant, mettre PG à côté PD, PD pas en avant
5, 6 PG pas en avant, ¼ tour à D
7, 8 Croiser PG devant PD, PD pas à D (6h00)

RESTART Mur 3: Recommencer la danse ici dès le début (12h00)

CROSS, ¼ TURN L TWICE, CROSS, ¼ TURN R TWICE, ROCK STEP FWD

1 Croiser PG devant PD
2, 3 ¼ tour à G et PD pas en arrière, ¼ tour à G et PG pas à G (12h00)
4 Croiser PD devant PG
5, 6 ¼ tour à D et PG pas en arrière, ¼ tour à D et PD pas à D (6h00)
7, 8 PG pas en avant, remettre poids sur PD

SIDE ROCK, SAILOR STEP, CROSS SHUFFLE, SIDE, TOUCH

1, 2 PG pas à G, remettre poids sur PD
3 & 4 Croiser PG derrière PD, PD petit pas à D, PG petit pas à G
5 & 6 Croiser PD devant PG, PG pas à G, croiser PD devant PG
7, 8 PG pas à G, toucher PD à côté PG

SIDE, TOUCH, BACK ROCK, JAZZ BOX ¼ TURN L

1, 2 PD pas à D, toucher PG à côté PD
3, 4 PG pas en arrière, remettre poids sur PD
5, 6 Croiser PG devant PD, ¼ tour à G et PD pas en arrière
7, 8 PG pas à G, PD petit pas en avant (3h00)

START AGAIN AND SMILE !