

The Morning After



Musique **The Morning After** (Nathan CARTER) 91 bpm
Intro 32 temps (16 temps chantés + 16 temps tous instruments)
Chorégraphe Gary O'REILLY & Maggie GALLAGHER (novembre 2022)
Vidéos Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/c/LillyWEST>
Type 4 murs, 16 temps, Two-Step, Grand Débutant
Particularités 0 Tag, 0 Restart 😊

Termes **Heel Strut** (2 temps) :
1. Poser le **talon** du pied indiqué dans la direction indiquée,
2. Poser le reste du pied + Transférer le PdC sur ce pied.
Toe Strut (2 temps) :
1. Poser la **plante** du pied indiqué dans la direction indiquée,
2. Poser le reste du pied + Transférer le PdC sur ce pied.
Rock Step (2 temps) : D :
1. Pas D dans la direction indiquée,
2. Remettre le Poids du Corps (PdC) sur G.
Coaster Step (2 temps) : G :
1. Pas G arrière (PdC sur plante G),
&. Ramener D près de G (PdC sur plante D),
2. Pas G avant (PdC sur pied entier G).

Section 1 : R & L Heel Struts Forward, R Mambo Step, L & R Toe Struts Back, L Coaster Step.

1 & 2 & **Heel Strut** D avant (1 &), **Heel Strut** G avant (2 &), 12:00
3 & 4 **Rock Step** D avant (3 &), Pas D arrière,
5 & 6 & **Toe Strut** G arrière (5 &), **Toe Strut** D arrière (6 &),
7 & 8 **Coaster Step** G,

S2 : R 1/4 R Jazz Triangle, Swivels to L, Clap, Swivels to R, Clap.

1 – 2 Croiser D devant G, Pas G arrière,
3 – 4 1/4 tour D + Pas D à D, Ramener G près de D, 03:00
5 & 6 & Pivoter les Talons à G, Pivoter les Pointes à G, Pivoter les Talons à G, Claquer des mains,
7 & 8 & Pivoter les Talons à D, Pivoter les Pointes à D, Pivoter les Talons à D, Claquer des mains.

😊 Recommencez du début ... et gardez le sourire !! 😊

FIN

Dancez le 13^e mur (commencé face à 12:00) en entier. Vous finissez à 03:00.

Vous pouvez ajouter « Pas D avant, Pivoter 1/4 tour G » pour finir face à 12:00.

Et surtout, amusez-vous à balancer votre bras D en l'air pour jouer de l'air guitar 😊.