



ARMOR COUNTRY MUSIC & DANCE

N° siret 528 986 961 00019, Association affiliée à la Fédération Française de Danse

USED TO BE

Musique : "Ain't What It Used To Be" by Billy Currington (BPM 118)

Chorégraphe : Pim van Grootel, Roy Verdonk & Raymond Sarlemijn

Description : 32 comptes 2 Murs (Polka)

Niveau : Débutant

Traduction et mise en page : Gisèle Felin

SHUFFLE X 4

1 & 2 - 3 & 4 - **Triple** Diag avant D - PD - PG - PD (1h30) - **Triple** Diag avant G - PG - PD - PG (10h30)

5 & 6 - 7 & 8 - **Triple** 3/8 TD - PD à D, PG à côté PD, 1/4 TD PD avant, 1/4 TD PG à G, PD à côté PG, 1/4 TD PG recule

BACK KICK, BALL, STEP, KICK, BALL, STEP, STEP, 1/2 TURN, 1/4 TURN SLIDE

1 & 2 - 3 & 4 - PD kick arrière, PD à côté PG, PG avance, Kick PD avant, PD à côté PG, PG avance

5 - 6 - 7 - 8 - PD avance, 1/2 TG, 1/4 TG Slide PD à droite, PDC PD

SAILOR STEP X2, HEEL GRIND 1/4 TURN, COASTER STEP

1 & 2 - 3 & 4 - PG derrière PD, PD à droite, PG à gauche, PD derrière PG, PG à gauche, PD à droite

5 - 6 - 7 & 8 - talon gauche en avant, 1/4 TG PD arrière, PG en arrière sur plante, PD à côté PG, PG en avant

SHUFFLE X2, STEP, 1/2 TURN, STOMP X2

1 & 2 - 3 & 4 - **Triple** - PD avance, PG à côté PD, PD avance, PG avance, PD à côté PG, PG avance

5 - 6 - 7 - 8 - PD avance, 1/2 TG, Stomp PD, Stomp PG

Recommencez et Gardez le sourire!!!!

D = Droite ; G = Gauche ; TD = Tour à droite ; TG = Tour à Gauche

PD = Pied Droit ; PG = Pied Gauche ; PDC = Poids du Corps