



# THE RACE

Chorégraphiée par **Jan van den Bos**

<b>Description :</b>	68 temps, 2 murs, intermédiaire line dance
<b>Style :</b>	Smooth (two step)
<b>Musique :</b>	"The race is on" by Sawyer Brown ; 180 bpm
<b>Source :</b>	<a href="http://www.kickit.to">http://www.kickit.to</a>
<b>Traduction :</b>	Sandra Baraffe (Mail : <a href="mailto:misssweetie59@hotmail.fr">misssweetie59@hotmail.fr</a> )

Comptes	Description des pas	Termes appropriés	Direction
<b>Section 1</b>	<b>CROSS ROCK, RECOVER, STEP ¼ RIGHT, HOLD, PIVOT TURN ½ RIGHT, STEP, HOLD (9:00)</b>		
1-4	Croiser le pied D devant le pied G et revenir sur la jambe G, poser le pied D en 1/4 à droite et pause	Cross rock step, step, hold	1/4 à D
5-6	Pas du pied G à l'avant, le poids du corps sur le pied G, faire un ½ tour à D sur ce pied et pas du pied D à l'avant	Step turn	1/2 tour à D
7-8	Pas du pied G à l'avant et pause	Step, hold	
<b>Section 2</b>	<b>STEP TURN ¾ LEFT, CROSS ROCK, RECOVER, SIDE, CROSS, SIDE, BEHIND (12:00)</b>		
1	Le poids étant sur la jambe G qui est à l'avant, pivoter dessus d'un ½ tour à G et poser pied D à l'arrière	Pivot	1/2 tour à G
2	Pas du pied G à G en 1/4 à G	Turn	1/4 tour à G
3-4	Croiser le pied D devant le pied G et revenir sur la jambe G, pause	Cross rock step, hold	
5-8	Pas du pied D à D, croiser le pied G devant le pied D, pas du pied D à D, croiser le pied G derrière le pied D	Step, cross, step, cross	
<b>Section 3</b>	<b>SIDE ROCK, RECOVER, CROSS, HOLD, SIDE ROCK, RECOVER, CROSS, HOLD (12:00)</b>		
1-4	Pas du pied D à D et revenir poids du corps sur le pied G, croiser le pied D devant le pied G, pause	Side rock, cross, hold	
5-8	Pas du pied G à G et revenir poids du corps sur le pied D, croiser le pied G devant le pied D, pause	Side rock, cross, hold	
<b>Section 4</b>	<b>SIDE ROCK, RECOVER ¼ TURN LEFT, STEP, TOUCH, BACK WALK, TOUCH (9:00)</b>		
1-4	Pas du pied D à D et revenir sur le pied G en 1/4 à G, pas du pied D à l'avant, pointer le pied G à côté du pied D	Side rock, step, touch	1/4 tour à G
5-8	Pas du pied G à l'arrière, pas du pied D à l'arrière, pas du pied G à l'arrière, pointer le pied D à côté du pied G	Steps, touch	
<b>Section 5</b>	<b>SIDE, TOUCH, SIDE, TOUCH, SIDE, BEHIND, ¼ LEFT BACK, HOOK (6:00)</b>		
1-4	Pas du pied D à D, pointer le pied G à côté du pied D, pas du pied G à G, pointer le pied D à côté du pied G	Step, touch, step, touch	
5-8	Pas du pied D à D, croiser le pied G derrière le pied D, poser le pied D à l'arrière en 1/4 tour à G, croiser le pied G devant la cheville du pied D	Step, cross, step, hook	1/4 tour à G
<b>Section 6</b>	<b>LOCK STEP, KICK TURN ½ RIGHT, SLOW COASTER STEP, HOLD (12:00)</b>		
1-4	Pas du pied G à l'avant, croiser le pied D derrière le pied G, pas du pied G à l'avant, faire un coup de pied du pied D en faisant un 1/2 tour à D	Lock step, kick	1/2 tour à D
5-8	Pas du pied D à l'arrière, ramener le pied G à côté, pas du pied D à l'avant, pause	Coaster step, hold	

<p><b>Section 7</b></p> <p>1-4</p> <p>5-8</p>	<p><b>GRAPEVINE ¼ TURN LEFT, SCUFF, PIVOT TURN ½ LEFT, SIDE, HOLD (3:00)</b></p> <p>Pas du pied G à G, croiser le pied D derrière le pied G, pas du pied G à l'avant en 1/4 tour à G, brosser le sol avec le bol du pied D</p> <p>Pas du pied D à l'avant, le poids du corps sur le pied D, faire un ½ tour à G sur ce pied, pas du pied G à l'avant et pas du pied D à D, pause</p>	<p>Step, cross, step, scuff</p> <p>Step turn, step, hold</p>	<p>1/4 tour à G</p> <p>1/2 tour à G</p>
<p><b>Section 8</b></p> <p>1-4</p> <p>5-6</p> <p>7-8</p>	<p><b>CROSS ROCK BACK, RECOVER, ¼ TURN LEFT STEP, HOLD, TRAVELING SUGAR FOOT (12:00)</b></p> <p>Croiser le pied G derrière le pied D et revenir sur le pied D, pas du pied G en 1/4 à G, pause</p> <p>Pointer le pied D à côté du pied G en faisant pivoter le talon du pied G vers l'intérieur, poser le talon D légèrement à l'avant en pivotant la pointe du pied G vers l'intérieur</p> <p>Pointer le pied D à côté du pied G en faisant pivoter le talon du pied G vers l'intérieur, poser le talon D légèrement à l'avant en pivotant la pointe du pied G vers l'intérieur</p>	<p>Cross rock step,step, hold</p> <p>Traveling sugar foot</p> <p>Traveling sugar foot</p>	<p>1/4 tour à G</p>
<p><b>Section 9</b></p> <p>1</p> <p>&amp;2&amp;3&amp;4</p>	<p><b>STOMP, ½ LEFT HEEL BOUNCE TURN (6:00), (½ TURN LEFT DURING THREE HEEL BOUNCES)</b></p> <p>Frapper le pied D au sol à l'avant</p> <p>Faire un 1/2 tour en levant les talons, redescendre les talons, lever les talons, redescendre les talons, lever les talons, descendre les talons</p>	<p>Stomp</p> <p>Heels Bounces</p>	<p>1/2 tour à G</p>

**CountryNord.com - HAVE FUN AND DANCE !**