

DAY ONE... ONE DAY



Chorégraphe : Ria VOS - Rotterdam , HOLLANDE / Août 2021

LINE Dance : 32 temps - 4 murs

Niveau : novice

Musique : **One day - BEXAR - BPM 96**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 9 / 2021

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 16 temps

STEP, CLAP, STEP, CLAP, MAMBO TURN 1/2 RIGHT, SHUFFLE TURN 1/2 RIGHT, TURN 1/4 RIGHT & POINT & POINT

- 1&2& pas PD avant - **HOLD + CLAP** - pas PG avant - **HOLD + CLAP**
3&4 ROCK STEP *syncopé* D avant , revenir sur PG arrière - **1/2 tour D** , sur *BALL* PG ... pas PD avant - **6 : 00** -
5&6 *SHUFFLE G, 1/2 tour D* : **1/4 de tour D** pas PG côté G - pas PD à côté du PG
..... **1/4 de tour D** pas PG arrière - **12 : 00** -
&7 **1/4 de tour D** pas PD côté D - TOUCH pointe PG côté G - **3 : 00** -
&8 *SWITCH* : pas PG à côté du PD - TOUCH pointe PD côté D

CROSS/ROCK-SIDE, CROSS/ROCK-SIDE, WEAVE RIGHT, TURN 1/4 LEFT TOGETHER

- &1.2 *SWITCH* : pas PD à côté du PG - CROSS ROCK STEP G devant , revenir sur PD derrière
&3.4 pas PG côté G - CROSS ROCK STEP D devant , revenir sur PG derrière
&5& pas PD côté D - CROSS PG devant PD - pas PD côté D
6&7 *BEHIND-SIDE-CROSS G* : CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD
&8 **1/4 de tour G** pas PD arrière - pas PG à côté du PD - **12 : 00** -

RESTART : ici, sur le 5^{ème} mur, après 16 temps , et reprendre la Danse au début

CROSS-SIDE ROCK, CROSS-SIDE ROCK, HEEL SWITCHES, BOOGIE WALK

- 1&2 CROSS PD devant PG - ROCK STEP latéral *syncopé* G côté G , revenir sur PD côté D
3&4 CROSS PG devant PD - ROCK STEP latéral *syncopé* D côté D , revenir sur PG côté G
5 TOUCH talon D avant
&6 *SWITCH* : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G avant
& *SWITCH* : pas PG à côté du PD
7&8 *3 pas courus avant* : pas PD avant - pas PG avant - pas PD avant (*boogie walk*)

LEFT MAMBO FORWARD, RIGHT COASTER CROSS,

TURN 3/4 TURN LEFT CIRCLE WALK AROUND STEPPING LEFT-RIGHT RUN LEFT-RIGHT-LEFT

- 1&2 *MAMBO STEP G avant syncopé* : ROCK STEP G avant , revenir sur PD arrière - pas PG arrière
3&4 *COASTER CROSS D* : reculer *BALL* PD - reculer *BALL* PG à côté du PD - CROSS PD devant PG ↖
5.6 *2 pas avant* : pas PG avant - pas PD avant | **CIRCLE WALK AROUND**
7&8 *3 pas courus avant* : pas PG avant - pas PD avant - pas PG avant - **3 : 00** - | **3/4 de tour G**

suite page 2 .. / ...

page 2 .. / ...

TAG : 8 temps à ajouter après le 1^{er} mur

ROCK FORWARD, & ROCK FORWARD, COASTER STEP, KICK-BALL-CHANGE

1.2 *ROCK STEP D* avant , revenir sur G arrière

&3.4 *SWITCH* : pas PD à côté du PG - *ROCK STEP G* avant , revenir sur D arrière

5&6 *COASTER STEP G* : reculer *BALL PG* - reculer *BALL PD* à côté du PG - pas PG avant

7&8 *KICK BALL CHANGE D* : *KICK PD* avant - pas *BALL PD* à côté du PG - pas PG à côté du PD

TAG : 16 temps à ajouter après les mur 2, 4, et 6

ROCK FORWARD, & ROCK FORWARD, COASTER STEP, KICK-BALL-CHANGE

1.2 *ROCK STEP D* avant , revenir sur G arrière

&3.4 *SWITCH* : pas PD à côté du PG - *ROCK STEP G* avant , revenir sur D arrière

5&6 *COASTER STEP G* : reculer *BALL PG* - reculer *BALL PD* à côté du PG - pas PG avant

7&8 *KICK BALL CHANGE D* : *KICK PD* avant - pas *BALL PD* à côté du PG - pas PG à côté du PD

3/4 TURN RIGHT WALK AROUND STEPPING RIGHT-LEFT RUN RIGHT-LEFT-RIGHT,

TURN 3/4 TURN LEFT WALK AROUND STEPPING LEFT-RIGHT RUN LEFT-RIGHT-LEFT

1.2 *2 pas avant* : pas PD avant - pas PG avant

3&4 *3 pas courus avant* : pas PD avant - pas PG avant - pas PD avant

5.6 *2 pas avant* : pas PG avant - pas PD avant

7&8 *3 pas courus avant* : pas PG avant - pas PD avant - pas PG avant

| **CIRCLE WALK AROUND**

| **3/4 de tour D**

| **CIRCLE WALK AROUND**

| **3/4 de tour G**

FIN : après le 6^{ème} mur, dansez le TAG de 16 temps 2 fois

Ensuite, faites un tour à gauche, faites un tour complet à gauche pour terminer face à - 12 : 00 -



Day One.. . One Day

Choreographed by **Ria VOS** (NL) - August 2021

Ria Vos : dansenbijria@gmail.com - www.dansenbijria.nl

Description : 32 count, 4 wall, Low Intermediate Line Dance

Music : **One day - BEXAR** / Album : One Day - Single , August 2021

Intro : 16 counts

STEP, CLAP, STEP, CLAP, MAMBO TURN 1/2 RIGHT, SHUFFLE TURN 1/2 RIGHT, TURN 1/4 RIGHT & POINT & POINT

- 1&2& Step right forward, clap, step left forward, clap
3&4 Rock right forward, recover to left, turn 1/2 right and step right forward (6:00)
5&6 Shuffle turn 1/2 right and step left-right-left (12:00)
&7 Turn 1/4 right and step right side, point left to left side (3:00)
&8 Step left together, point right to right side

CROSS/ROCK-SIDE, CROSS/ROCK-SIDE, WEAVE RIGHT, TURN 1/4 LEFT TOGETHER

- &1-2 Step right together, cross/rock left over, recover to right
&3.4 Step left side, cross/rock right over, recover to left
&5& Step right side, cross left over, step right side
6&7 Cross left behind, step right side, cross left over
&8 Turn 1/4 left and step right back, step left together (12:00)

RESTART : after count 16 on wall 5

CROSS-SIDE ROCK, CROSS-SIDE ROCK, HEEL SWITCHES, BOOGIE WALK

- 1&2 Step right forward and across, rock left side, recover to right
3&4& Step left forward and across, rock right side, recover to left
5&6& Dig right heel forward, step right together, dig left heel forward, step left together
7&8 Run forward right-left-right (boogie walk)

LEFT MAMBO FORWARD, RIGHT COASTER CROSS, TURN 3/4 TURN LEFT CIRCLE WALK AROUND STEPPING LEFT-RIGHT RUN LEFT-RIGHT-LEFT

- 1&2 Rock left forward, recover to right, step left back
3&4 Step right back, step left together, cross right over
5.6 Step left forward-right starting 3/4 turn left circle walk around
7&8 Run forward left-right-left finishing 3/4 left circle walk around (3:00)

Repeat

TAG : After wall 1

ROCK FORWARD, & ROCK FORWARD, COASTER STEP, KICK-BALL-CHANGE

- 1.2 Rock right forward, recover to left
&3.4 Step right together, rock left forward, recover to right
5&6 Step left back, step right together, step left forward
7&8 Kick right forward, step on ball of right next to left, step left in place

TAG : After walls 2, 4, and 6

ROCK FORWARD, & ROCK FORWARD, COASTER STEP, KICK-BALL-CHANGE

- 1.2 Rock right forward, recover to left
&3.4 Step right together, rock left forward, recover to right
5&6 Step left back, step right together, step left forward
7&8 Kick right forward, step on ball of right next to left, step left in place

3/4 TURN RIGHT WALK AROUND STEPPING RIGHT-LEFT RUN RIGHT-LEFT-RIGHT, TURN 3/4 TURN LEFT WALK AROUND STEPPING LEFT-RIGHT RUN LEFT-RIGHT-LEFT

- 1.2 Step right forward-left starting 3/4 turn right circle walk around
3&4 Run forward right-left-right finishing 3/4 right circle walk around
5.6 Step left forward-right starting 3/4 turn left circle walk around
7&8 Run forward left-right-left finishing 3/4 left circle walk around

Repeat

ENDING : After wall 6, dance the 16 count tag twice.

Then do a left walk around make a full turn left to end facing front