



# THE LIGOURES' MOUNTAIN MEN

MEYRARGUES ★ PEYROLLES-EN-PROVENCE

## THE TRAIL

64 temps, 2 murs, Danse en ligne, Intermédiaire

**Musique :** "Trail of tears" (Billy Ray Cyrus)

**Chorégraphe :** Judy Mc Donald

*Départ : La musique démarre sur une introduction lente. Commencer la danse dès que le rythme s'accélère.*

### I RIGHT TOE, HEEL, CROSS, HEEL, CROSS, HEEL, TOE, STEP

- 1 – 2 Pointer le pied D sur place avec le genou D vers l'intérieur, poser le talon D devant
- 3 – 4 Croiser le pied D en le pointant devant le pied G, poser le talon D devant
- 5 – 6 Croiser le pied D en le pointant devant le pied G, poser le talon D devant
- 7 – 8 Pointer le pied D près du pied G avec le genou D vers l'intérieur, poser le pied D à côté du pied G

### II LEFT TOE, HEEL, CROSS, HEEL, CROSS, HEEL, TOE, STEP

- 1 – 2 Pointer le pied G sur place avec le genou G vers l'intérieur, poser le talon G devant
- 3 – 4 Croiser le pied G en le pointant devant le pied D, poser le talon G devant
- 5 – 6 Croiser le pied G en le pointant devant le pied D, poser le talon G devant
- 7 – 8 Pointer le pied G près du pied D avec le genou G vers l'intérieur, poser le pied G à côté du pied D

### III RIGHT HEEL, TOE, HEEL, TOE, LEFT TOE, HEEL, TOE, HEEL

- 1 – 4 Pivoter le talon D à D, pivoter la pointe D à D, pivoter le talon D à D, pivoter la pointe D à D
- 5 – 8 Pivoter la pointe G à D, pivoter le talon G à D, pivoter la pointe G à D, pivoter le talon G à D

### IV KNEE POPS RIGHT, LEFT, RIGHT, LEFT, RIGHT, LEFT

- 1 – 4 Plier le genou D, pause, plier le genou G, pause
- 5 – 8 Plier le genou D, plier le genou G, plier le genou D, plier le genou G

### V RIGHT HEEL, TOE, ½ TURN, ¼ TURN

- & *Changement de poids du corps vers le pied G*
- 1 – 2 Poser le talon D devant, pause
- 3 – 4 Pointer le pied D derrière, pause
- 5 – 6 Pied D devant, ½ tour à G
- 7 – 8 Pied D devant, ¼ de tour à G

### VI RIGHT HEEL, TOE, ½ TURN, ¼ TURN

- 1 – 8 Répéter la section V

**VII STEP RIGHT FORWARD, BRUSH LEFT FRONT, CROSS, FRONT, STEP LEFT FORWARD, BRUSH RIGHT FRONT, CROSS, FRONT**

- 1 – 2 Poser le pied D devant, broser le pied G vers l'avant
- 3 – 4 Brosse le pied G vers l'arrière en croisant devant le pied D, broser le pied G vers l'avant
- 5 – 6 Poser le pied G devant, broser le pied D vers l'avant
- 7 – 8 Brosse le pied D vers l'arrière en croisant devant le pied G, broser le pied D vers l'avant

**VII RIGHT ROCK FORWARD, BACK, FORWARD, BACK**

- 1 – 2 Rock step D devant, revenir sur G
- 3 – 4 Rock step D arrière, revenir sur G
- 5 – 8 Répéter les comptes 1 à 4

**ENDING**

Lorsque vous faites face au mur arrière pour la 4<sup>ème</sup> fois, à la fin de la section IV, refaire les comptes 5 à 8 (*knee pops*) puis recommencer la danse.

La danse se terminera exactement avec la musique et les derniers pas seront :

- 1 – 2 Rock step D devant, revenir sur G
- 3 – 4 Rock step D arrière, rassembler

**RECOMMENCEZ AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE !!!**