

CATCH & RELEASE



Type	4 murs, 32 temps
Chorégraphe	Jose Miguel Belloque
Musique	Catch & Release – Matt Simons
Niveau	Intermédiaire
Source	CopperKnob
Traduction	Périgueux Western Dance
Intro	2 X 8

CROSS, SIDE ROCK, RECOVER, CROSS, ¼ R, BACK, ¼ R, SIDE, CROSS ROCK, RECOVER, SIDE, CROSS.

- 1 – 2& CROSS PG devant PD – ROCK PD à droite – revenir appui PG
3 – 4 CROSS PD devant PG – ¼ de tour à droite et STEP PG en arrière (3:00)
5 – 6& ¼ de tour à droite et STEP PD à droite – CROSS ROCK PG devant PD – revenir appui PG (6:00)
7 – 8 STEP PG à gauche – CROSS PD devant PG

L MAMBO CROSS, R MAMBO CROSS, STEP, LOCK, STEP L FWD, FWD LOCK STEP.

- 1&2 ROCK PG à gauche – revenir appui PD – CROSS PG devant PD (en avançant légèrement)
3&4 ROCK PD à droite – revenir appui PG – CROSS PD devant PG
5&6& STEP PG en avant – LOCK PD derrière PG – STEP PG en avant – STEP PD devant
7&8 LOCK PG derrière PD – STEP PD en avant – STEP PG devant

FWD ROCK, RECOVER, SWEEP, BEHIND, SIDE, CROSS, & CROSS, HOLD, & CROSS SHUFFLE.

- 1 – 2 ROCK PD devant – revenir appui PG avec SWEEP du PD de l'avant vers l'arrière
3&4 CROSS PD derrière PG – STEP PG à gauche – CROSS PD devant PG
&5 – 6 STEP PG à gauche – CROSS PD devant PG – HOLD
&7&8 STEP PG à gauche – CROSS PD devant PG – STEP PG à gauche – CROSS PD devant PG

¼ L, FWD ROCK, RECOVER, SAILOR CROSS ¼ L, ¼ L, STEP, ½ L, BACK, ½ L, WALKS L-R.

- &1 – 2 ¼ de tour à gauche et STEP PG en avant – ROCK PD devant – revenir appui PG (3:00)
3&4 STEP PD en arrière – ¼ de tour à gauche et STEP PG à gauche – CROSS PD devant PG (12:00)
5 – 6 ¼ de tour à gauche et STEP PG en avant – ½ tour à gauche et STEP PD en arrière (3:00)
7 – 8 ½ tour à gauche et STEP PG en avant – STEP PD en avant (9:00)

TAG : Fin du 2^{ème} mur à 6h00 et fin du 7^{ème} mur à 3h00

2X PIVOT ½ TURN R, TOGETHER, FWD ROCK, RECOVER, R COASTER STEP.

- 1 – 4 STEP PG devant – ½ tour à droite – STEP PG devant – ½ tour à droite
&5 – 6 STEP PG près du PD – ROCK PD devant – revenir appui PG
7&8 STEP PD en arrière – STEP PG près du PD – STEP PD en avant

RECOMMENCEZ AU DEBUT, AMUSEZ VOUS, SOURIEZ !