

Rolling In The Deep

2 murs, 64 temps, West coast swing (smooth)

Niveau : Intermédiaire

Chorégraphe : Maggie Gallagher (UK) mars 2011

Musique : **Rolling in the Deep par Adele extrait de l'album 21 (105 BPM)**

Introduction : démarrage de la danse 8 comptes dès le début du morceau

Durée totale du morceau : 3:49

Traduction réalisée par Patricia PETITNE

Touch & heel & cross & heel & kick & touch, bump forward, bump back

- 1&2 Pointer PG à côté du PD - Pas PG en arrière - talon D diagonale avant droite [13:00]
&3&4 Pas PD à côté du PG - Croiser PG devant PD - Pas PD en arrière - talon G diagonale avant gauche [11:00]
&5&6 PG à côté du PD - kick PD devant - PD à côté du PG - pointer PG devant PD [11:00]
7-8 Coup de hanche G vers l'avant en fléchissant légèrement les genoux - coup de hanche D vers l'arrière en fléchissant légèrement les genoux [11:00]

Coaster step, step hitch turn, walk l, walk r, lock step

- 1&2 Pas PG en arrière - Pas PD à côté du PG - PG en avant [11:00]
3&4 Pas PD en avant - rondé fini en hitch (genou G croisé devant genou D) - 5/8^{ème} de tour à Droite en pivotant sur PD [6:00]
5-6 Poser PG en avant - Pas PD en avant
7&8 Pas PG en avant - croiser PD derrière PG - Pas PG en avant

Step pivot 1/2, walk, triple full turn, stomp r, forward mambo step

- 1-2-3 Pas PD en avant - pivot $\frac{1}{2}$ tour vers la Gauche - Pas PD en avant [12:00]
4&5 Tour complet vers la Droite en triple step (G.D.G) et en avançant vers l'avant [12:00]
6 Stomp PD devant
7&8 Avancer PG en avant, Revenir en appui PG, Pas PG en arrière

Point & point, l sailor 1/4 turn, samba step x 2

- 1&2 Pointer PD côté Droit - PD à côté du PG - pointer PG côté gauche
3&4 Pas PG derrière PG avec $\frac{1}{4}$ de tour, Pas PD côté droite, Pas PG à Gauche [3:00]
5&6 Croiser PD devant PG - PG côté G - Pas PD côté droit (en avançant légèrement)
7&8 Croiser PG devant PD - Pas PD côté droit - Pas PG côté G (en avançant légèrement)

rock recover, triple full turn, rock recover, full turn left

- 1-2 Pas PD en avant, revenir en appui PG
3&4 Tour complet vers la Droite en triple step (G.D.G) et en avançant vers l'avant [3:00]
5-6 Pas PG en avant, revenir en appui PD
7-8 $\frac{1}{2}$ tour à gauche en avançant PG devant - $\frac{1}{2}$ tour à gauche en reculant PD en arrière [3:00]

Coaster step, walk r, l, step 1/2 turn step, & walk r, l

- 1&2 Pas PG arrière - Pas PD à côté du PG - Pas PG avant
3-4 Pas PD avant - Pas PG avant
5&6 Pas PD avant - Pivot $\frac{1}{2}$ tour vers la gauche - Pas PD avant [9:00]
&7-8 Pas PG à côté du PD - Pas PD avant - Pas PG avant

Point hitch cross, point hitch cross, rock recover, behind side cross

- 1&2 Pointer PD côté Droit - hitch genou D croisé devant G - croiser PD devant PG
- 3&4 Pointer PG côté Gauche - hitch genou G croisé devant D - croiser PG devant PD
- 5-6 Pas PD côté Droit - revenir en appui PG
- 7&8 Croiser PD derrière PG - Pas PG à Gauche - croiser PD devant PG

Rock recover, sailor 1/4 turn, rocking chair & cross & heel &

- 1-2 Pas PG côté gauche - revenir en appui PD
- 3&4 Croiser PG derrière - Pas PD en avant avec $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite - Pas PG avant [6:00]
- 5&6& Pas PD en avant - revenir en appui PG - Pas PD en arrière - revenir en appui PG
- 7&8& Croiser PD devant PG - Pas PG en arrière - talon D devant - Pas PD à côté du PG

Recommencer avec le sourire !

