



BEST FRIEND WALTZ

Musique : "You're the best friend"/ Mike Denver – **Bpm :**100

Chorégraphe : Mariette & Jean-Marc Villeneuve

Description : Partner, Valse à 3 temps, 48 temps

Niveau : Novice

Position de départ : Closed Western Homme face à L.O.D - Femme face à R.L.O.D.

Intro: 24 comptes - Démarrer sur les paroles

Les pas de l'homme et de la femme sont de type opposé (Miroir) sauf si indiqué

PAS DE L'HOMME

1-6 CROSS BASIC FWD (X2)

1-2-3 Croiser PG devant PD - PD à côté du PG - PG à côté du PD

4-5-6 Croiser PD devant PG - PG à côté du PD - PD à côté du PG

Lâcher les mains D de l'homme et G de la femme.

La femme passe sous le bras G de l'homme et sous son bras D

7 - 12 STEP FWD

1-2-3 PG devant - PD à côté du PG - PG à côté du PD

Position Left Open Promenade, face à L.O.D.

4-5-6 PD devant - PG à côté du PD - PD à côté du PG

13-18 BASIC STEP ¼ TURN (X2)

1-2-3 PG ¼ de tour à G - PD à côté du PG - PG à côté du PD

Homme face à I.L.O.D. La main D de l'homme frappe la main G de la femme

4-5-6 PD ¼ de tour à D - PG à côté du PD - PD à côté du PG

Reprendre la position Left Open Promenade, face à L.O.D.

L'homme passe sous son bras G et sous le bras D de la femme

19 -24 STEPS ¾ TURN, STEPS BACK

1-2-3 PG ¾ de tour à G - PD à côté du PG - PG à côté du PD (

Position Double Hand Hold, Homme face à O.L.O.D

4-5-6 PD derrière - PG à côté du PD - PD à côté du PG

25-30 BASIC STEPS FWD, BASIC STEPS BACK

1-2-3 PG devant- PD à côté du PG - PG à côté du PD

4-5-6 PD derrière - PG à côté du PD - PD à côté du PG

Ne pas lâcher les mains, la femme passe sous le bras D de l'homme et sous son bras G

PAS DE LA FEMME

1-6 CROSS BASIC BACK (X2)

1-2-3 Croiser PD derrière PG - PG à côté du PD - PD à côté du PG

4-5-6 Croiser PG derrière PD - PD à côté du PG - PG à côté du PD

Lâcher les mains D de l'homme et G de la femme.

La femme passe sous le bras G de l'homme et sous son bras D

7-12 STEP ½ TURN, STEP FWD

1-2-3 PD devant avec ½ tour à D - PG à côté du PD - PD à côté du PG

Position Left Open Promenade, face à L.O.D.

4-5-6 PG devant - PD à côté du PG - PG à côté du PD

13 -18 BASIC STEP ¼ TURN (X2)

1-2-3 PD ¼ de tour à D - PG à côté du PD - PD à côté du PG

Femme face à O.L.O.D.La main G de la femme frappe la main D de l'homme

4-5-6 PG ¼ de tour à G - PD à côté du PG - PG à côté du PD

Reprendre la position Left Open Promenade, face à L.O.D.

L'homme passe sous son bras G et sous le bras D de la femme

19-24 STEPS ¾ TURN, STEPS BACK

1-2-3 PD ¾ de tour à D - PG à côté du PD - PD à côté du PG

Position Double Hand Hold, Femme face à I.L.O.D.

4-5-6 PG derrière - PD à côté du PG - PG à côté du PD

25-30 BASIC STEPS FWD, BASIC STEPS BACK

1-2-3 PD devant, PG à côté du PD, PD à côté du PG

4-5-6 PG derrière, PD à côté du PG, PG à côté du PD

Ne pas lâcher les mains, la femme passe sous le bras D de l'homme et sous son bras G

31-36 BASIC STEPS FWD, BASIC STEPS BACK**1-2-3** PG devant - PD à côté du PG - PG à côté du PD**4-5-6** PD derrière - PG à côté du PD - PD à côté du PG*Position Wrap, face à O.L.O.D. la femme à la gauche de l'homme***3-42 BASIC STEPS, STEP ¼ TURN***La femme repasse sous le bras D de l'homme et sous son bras G pour sortir de la position Wrap***1-2-3** PG devant - PD à côté du PG - PG à côté du PD*Lâcher les mains D de l'homme et G de la femme. Homme face à L.O.D***4-5-6** PD avec ¼ de tour à G - PG à côté du PD - PD à côté du PG*Homme face à L.O.D - La femme passe sous le bras G de l'homme et sous son bras D***43-48 BASIC STEPS FWD (X2)****1-2-3** PG devant - PD à côté du PG - PG à côté du PD*Reprendre la position Closed Western - Homme face à L.O.D***4-5-6** PD devant - PG à côté du PD - PD à côté du PG**31-36 BASIC STEPS ½ TURN, BASIC STEPS BACK****1-2-3** PD derrière avec ½ tour à D - PG à côté du PD - PD à côté du PG**4-5-6** PG derrière - PD à côté du PG - PG à côté du PD**37-42 SETPS ½ TURN (X2)****1-2-3** PD derrière avec ½ tour à G - PG à côté du PD - PD à côté du PG*Lâcher les mains D de l'homme et G de la femme. Femme face à I.L.O.D.***4-5-6** PG devant avec ½ de tour à G - PD à côté du PG - PG à côté du PD*Femme face à O.L.O.D. La femme passe sous le bras G***43-48 STEPS ¾ TURN, BASIC STEPS BACK****1-2-3** PD derrière avec ¾ de tour à G - PG à côté du PD - PD à côté du PG*Reprendre la position Closed Western - Femme face à R.L.O.D.***4-5-6** PG derrière - PD à côté du PG - PG à côté du PD*de l'homme et sous son bras D*