

My Broken Heart

Musique Broken Heart (Mikele BUCK Band feat. Brooke LEE) 102 bpm

Chorégraphie Gary O'REILLY (juillet 2023)

Vidéos Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/@lillywest>

Type 2 murs, 64 temps, Cha-Cha, Intermédiaire

Particularités 1 Tag (de 8 temps), puis 1 Restart

Section 1 : L Forward, Sweep, R Cross Triple, 1/4 R, 1/2 R, L Step 1/4 R Pivot, Cross. 12:00

- 1 - 2 Pas G avant, (légèrement croisé devant D), **Sweep** D vers l'avant (*Jambe libre forme arc de cercle*)
3 & 4 **Cross Triple D** (*Croiser D devant G, Petit Pas G à G, Croiser D devant G*),
5 - 6 1/4 tour D + Pas G arrière, 1/2 tour D + Pas D avant, 03:00 puis 09:00
7 & 8 Pas G avant, Pivoter 1/4 tour D (+ Transfert PdC D), Croiser G devant D, 12:00

S2 : R Side, Behind, R Side Triple, L Cross Rock, L Side Turning Triple with 1/4 L.

- 1 - 2 Pas D à D, Croiser G derrière + Plier genoux,
3 & 4 **Triple Step D** à D (*Pas D dans direction indiquée, Ramener G près D, Pas D même direction*),
5 - 6 **Rock Step G** croisé devant D (*Pas G dans direction indiquée, Remettre Poids du Corps (PdC) sur D*),
7 & 8 **Triple Step G à G + 1/4 tour G** (*Pas G à G, Ramener D près de G, 1/4 tour G + Pas G avant*), 09:00

S3 : R Forward, L Forward Rock with Hip Roll, L Back with Kick, Walk R L, R Forward Triple.

- 1 Pas D avant,
2 - 3 **Rock Step G** avant + Rouler hanches dans le sens inverse des aiguilles d'une montre,
4 - 5 - 6 Pas G arrière + Soulever légèrement Pied D, Pas D avant, Pas G avant,
7 & 8 **Triple Step D** avant,

S4 : L Forward Rock, L Back Turning Triple with 1/2 L, R Side Triple with 1/4 L, L Side Triple with 1/4 L.

- 1 - 2 **Rock Step G** avant,
3 & 4 **Triple Step G** arrière+ 1/2 tour G (*1/4 tr G+ Pas G à G, Ramener D, 1/4 tr G+ Pas G avant*), 03:00
5 & 6 **Triple Step D à D + 1/4 tour G** (*Pas D à D, Ramener G, 1/4 tour G + Pas D arrière*), 12:00
7 & 8 **Triple Step G à G + 1/4 tour G** (*Pas G à G, Ramener D, 1/4 tour G + Pas G avant*), 09:00

S5 : R Side, L Behind-Side-Cross, R Side, L Back Cross Rock, 1/4 R, 1/4R.

- 1 Pas D à D,
2 & 3 **Behind-Side-Cross G** (*Croiser G derrière D, Pas D à D, Croiser G devant D*),
4 - 5 - 6 Pas D à D (4), **Rock Step G** croisé derrière D (5 - 6),
7 - 8 1/4 tour D + Pas G arrière, 1/4 tour D + Pas D à D, 12:00 puis 03:00

S6 : L Cross, R Side Rock Cross, L Side, L Back Cross Rock with Knee Pop, R Side Rock Cross.

- 1 Croiser G devant D,
2 & 3 **Rock Step D** à D (2 &), Croiser D devant G (3),
4 Pas G à G,
5 - 6 Croiser D derrière G + **Knee Pop G** avant (*Plier genou G vers l'avant*), Revenir PdC sur G,
7 & 8 **Rock Step D** à D (7 &), Croiser D devant G (8),

S7 : L Forward Diagonal Rock, L Behind-Side-Cross, R Forward Diagonal Rock, R Behind-1/4 L-Forward.

- 1-2-3&4 **Rock Step G** en diagonale avant G (1 - 2), **Behind-Side-Cross G** (3 & 4),
5-6-7&8 **Rock Step D** diag. avant D (5-6), Croiser D derrière G(7), 1/4 tr G + Pas G avant (&), Pas D avant (8), 12:00
2^e particularité : RESTART Sur le 4^e mur (commencé face 06:00), reprenez la danse du début (face 06:00)

S8 : L Forward Rock, L Coaster Step, R Step 1/2 L Pivot, R Forward Triple.

- 1-2-3&4 **Rock Step G** avant (1-2), **Coaster Step G** (3.Pas G arrière, &.Ramener D près G + PdC D, 4.Pas G avant),
5-6-7&8 Pas D avant (5), Pivoter 1/2 tour G (6), **Triple Step D** avant (7 & 8). 06:00

👑 **Recommencez du début ... et gardez le sourire !!** 🤗

1^e particularité : TAG : Après le 2^e mur (commencé face à 06:00, donc terminé face à 12:00)

- TAG : L Step 1/2 R Pivot, L Forward Triple, R Step 1/2 L Pivot, R Forward Triple.** (12:00)
1-2-3&4 Pas G avant (1), Pivoter 1/2 tour D (2), Triple Step G avant (3 & 4), 06:00
5-6-7&8 Pas D avant (5), Pivoter 1/2 tour G (6), Triple Step D avant (7 & 8). 12:00

FIN Sur le 6^e mur (commencé face 12:00), dansez jusqu'au compte 6 de la 4^e Section. Vous faites face à 12:00.
Remplacez les comptes 7 & 8 par : « **Triple Step G à G** », et ajoutez : « **Grand Pas D à D + Glisser G vers D** ».