



Na'Mara

Chorégraphe : Maggie Gallagher
Description Ligne, 4 murs, 32 temps
Niveau : Intermédiaire

Musique : Chorégraphe:
 Na Mara – The Borderers (178 bpm)

64 temps d'intro (42 secondes) - Poids du corps sur jambe G, PD pointé sur le côté D

TEMPS

DESCRIPTION DES PAS

1-8 CROSS & BEHIND, ¼, STEP, ½ PIVOT, RIGHT-LOCK-STEP, TRIPLE FULL TURN Croiser & derrière, ¼ tour, 1 pas, Pivot ½ tour, Pas "bloqué", Triple tour complet

1-2	1-2	PD croise devant PG	PG pose à G	PD pose derrière PG
&3-4	&3-4	PG pose à G avec ¼ tour à G	PD avance	½ tour à G
5&6	5&6	PD avance	PG "bloqué" derrière PD	PD avance
7&8	7&8	PG avance avec ¼ tour à D	PD recule avec ¾ tour à D	PG avance

(Triple tour complet à D tout en avançant légèrement)

9-16 STEP, ¼-ROCK-CROSS, SIDE, HITCH-TURN, HITCH-TURN, LEFT SAILOR STEP Poser, ¼ tour rock step croisé, Côté, Lever genou-tourner x2, Sailor step PG

9	1	PD avance		
10&11	2&3	PG pose à G avec ¼ tour à D	PD reprend poids du corps	PG croise devant pD
12	4	PD pose à D		
&13	&5	PG monte genou	PD sur plante, ½ tour à G	PG pose à G
&14	&6	PD monte genou	PG sur plante, ½ tour à G	PD pose à D
15&16	7&8	PG pose derrière PD	PD pose à D	PG pose sur place

16-24 STEP-SCUFF-HITCH-STEP, SCUFF-HITCH-STEP, ¼ STEP-SCUFF-HITCH-STEP, SCUFF-HITCH-STEP Poser-scuff-monter genou-poser, Scuff-Monter genou-Poser, ¼ tour-scuff-Monter genou-Poser, Scuff-Monter genou

17&	1&	PD avance	PG scuff vers l'avant	
18&	2&	PG monte genou	PG avance	
19&20	3&4	PD scuff vers l'avant	PD monte genou	PD avance
21&	5&	PG avance avec ¼ tour à G	PD scuff	
22&	6&	PD monte genou	PD avance	
23&24	7&8	PG scuff vers l'avant	PG monte genou	PG avance

Pour donner du style irlandais à cette section, placer les mains sur les hanches

25-32 CROSS-ROCK ¼, STEP-TURN-SIDE, HOOK-SIDE SHUFFLE, HOOK-SIDE SHUFFLE Rock step croisé ¼ tour, Poser-tourner-côté, Crochet-pas chassé latéral, Crochet-pas chassé latéral

25&26	1&2	PD croise devant PG	PG reprend le poids du corps	PD avance avec ¼ tour à D
27&28	3&4	PG avance	PD pose avec ¾ tour à D	PG pose à G

Les 4 derniers pas font un tour complet

&29	&5	PD monte devant tibia G	PD pose à D	
&30	&6	PG pose près du PD	PD pose à D	
&31	&7	PG monte devant tibia D	PG pose à G	
&32	&8	PD pose près du PG	PG pose à G	

Après le 4^e mur, danser les 24 premiers temps : mur de départ et reprendre la danse à son début.
 Option finale: pour finir sur le mur de départ, finir le sailor step des temps 15&16 avec ¼ tour.

RECOMMENCEZ DEPUIS LE DEBUT....

Amusez-vous..... Souriez.....

Saison 2003-2004- Cours du VAUDRYLAND COUNTRY FESTIVAL - Workshop PASCAL
 Traduction : MF SIMON - NTA Line Dance II

Convention :
 D=droite, G=gauche, PD=Pied droit, PG=Pied gauche

Source : Kickit -