



# MAKE THIS DAY

**Chorégraphe :** Rachael McENANEY – Stamford Bridge, YORK – ANGLETERRE / Mars 2011

**Source :** SPEED'IRENE

**Niveau :** Novice / Intermédiaire

**Description :** LINE Dance : 64 temps - 4 murs

**Musique :** Make this day - The ZAC BROWN BAND - BPM 192

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 9 / 2011

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

## **Introduction : 32 temps**

**Un merci tout spécial à Nicola Lafferty pour la suggestion de cette musique**

### **TOUCH RIGHT OUT IN, RIGHT HEEL HOOK, RIGHT LOCK STEP FORWARD**

**1 à 4** TOUCH pointe PD côté D - TAP pointe PD à côté du PG - TOUCH talon D avant - HOOK talon D devant cheville G

**5 à 8** STEP-LOCK-STEP D avant : pas PD avant - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) - pas PD avant - **HOLD**

### **TOUCH LEFT OUT IN, LEFT HEEL HOOK, STEP FORWARD LEFT, TOUCH RIGHT, STEP BACK RIGHT, KICK LEFT**

**1 à 4** TOUCH pointe PG côté G - TAP pointe PG à côté du PD - TOUCH talon G avant - HOOK talon G devant cheville D

**5 à 8** Pas PG avant - TAP PD à côté du PG - pas PD arrière - KICK PG avant

### **LEFT COASTER STEP, STEP FORWARD RIGHT, ¼ TURN LEFT, CROSS RIGHT**

**1 à 4** SLOW COASTER STEP G : reculer BALL PG - Reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant - **HOLD**

**5 à 8** Pas PD avant - 1/4 de tour PIVOT vers G (appui PG) - CROSS PD devant PG - **HOLD** - 9 : 00 -

### **RESTART : ici, sur le 3ème mur**

**Sur le temps 7, remplacer le CROSS par TAP PD à côté du PG - HOLD, reprendre la DANSE au début - 3 : 00 -**

### **STEP LEFT, TOUCH RIGHT IN OUT IN, STEP RIGHT TOUCH LEFT, STEP LEFT TOUCH RIGHT WITH CLAPS**

**1 à 4** Pas PG côté G - TAP pointe PD à côté du PG - TOUCH pointe PD côté D - TAP pointe PD à côté du PG

**5 à 8** Pas PD côté D - TAP pointe PG à côté du PD + **CLAP** - pas PG côté G - TAP pointe PD à côté du PG + **CLAP**

### **RESTART : ici, sur le 8ème mur - 12 : 00 -**

### **SIDE SHUFFLE WITH TURN ¼ RIGHT, STEP FORWARD LEFT, ½ RIGHT, STEP FORWARD LEFT**

**1 à 4** SLOW SHUFFLE D latéral : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - 1/4 de tour D . . . . Pas PD avant - **HOLD** - 12 : 00 -

**5 à 8** Pas PG avant - 1/2 tour PIVOT vers D (appui PD) - pas PG avant - **HOLD** - 6 : 00 -

**Suite à la page suivante...**

**FULL TURN LEFT TRAVELING FORWARD STEPPING RIGHT-LEFT-RIGHT,  
LEFT FORWARD ROCK, LEFT BACK, RIGHT TOGETHER (½ A COASTER STEP)**

- 1 à 4** 1/2 tour G . . . . Pas PD arrière - 1/2 tour G . . . . Pas PG avant - pas PD avant - **HOLD** - 6 : 00 -  
**OPTION facile : 3 pas avant : pas PD avant - pas PG avant - pas PD avant –  
HOLD - 6 : 00 -**
- 5.6** ROCK STEP G avant, revenir sur PD arrière  
**7.8** Pas PG arrière - pas PD à côté du PG (*appui PD*)

**LEFT TOE STRUT, RIGHT TOE STRUT, STEP FORWARD LEFT, ¼ RIGHT, CROSS  
LEFT**

- 1.2** *TOE STRUT G avant* : TOUCH BALL PG avant - *DROP* : abaisser talon G au sol  
**3.4** *TOE STRUT D avant* : TOUCH BALL PD avant - *DROP* : abaisser talon D au sol  
**5 à 8** Pas PG avant - 1/4 de tour PIVOT vers D (*appui PD*) - CROSS PG devant PD - **HOLD** - 9 : 00 -

**LONG WEAWE TO RIGHT: RIGHT SIDE, LEFT BEHIND, RIGHT SIDE, LEFT IN  
FRONT, RIGHT SIDE, LEFT BEHIND, RIGHT SIDE, LEFT TOGETHER**

- 1 à 8** *WEAVE à D* : pas PD côté D - CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD . . . .  
. . . . Pas PD côté D - CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - pas PG à côté du PD