

MY TRUE FRIEND

Coreógrafo: Helene Callmyr

Descripción: 48 counts, 2 paredes, Line Dance nivel Intermediate, Motion Rise & Fall (Waltz)

Música: "Years From Now" de Don Williams (BPM 85)

Traducida por: Meritxell Romera

DESCRIPCIÓN PASOS

1-6: CROSS CHECK, RECOVER, ¼ TURN LEFT, SWEEP BACK, 5/8 TURN LEFT

- 1 Cross pie izquierdo por delante del derecho
- 2 Devolver el peso al pie derecho mientras empezamos un sweep con el pie izquierdo de delante hacia atrás
- 3 Continuar el sweep, girar ¼ vuelta a la izquierda (mirando a las 10:30)
- 4 Paso atrás pie izquierdo en diagonal (hacia las 4:30)
- 5 Girar ¼ vuelta a la izquierda, paso atrás pie derecho (mirando a las 7:30)
- 6 Girar 1/8 vuelta a la izquierda, paso pie izquierdo a la izquierda (mirando a las 6:00)
- 6 Gira ¼ vuelta a la izquierda, paso adelante pie derecho (mirando a las 3:00)

6-12: STEP FORWARD ACROSS, UNWIND FULL TURN, SWEEP

- 1 Cross pie izquierdo por delante del derecho
- 2-3 Pausa
- 4-5 Empezar una vuelta completa hacia la derecha sobre el pie izquierdo
- 6 Continuar girando mientras hacemos un sweep con el pie derecho de delante hacia atrás

13-18: RIGHT TWINKLE BACK, PIVOT TURNS

- 1 Paso atrás pie derecho en diagonal (hacia las 10:30)
- 2 Gira 1/8 vuelta a la izquierda, paso pie izquierdo a la izquierda
- 3 Gira 1/8 vuelta a la izquierda, paso atrás pie derecho (hacia las 7:30)
- 4 Gira 3/8 vuelta a la izquierda, paso adelante pie izquierdo (9:00)
- 5 Gira ½ vuelta a la izquierda, paso atrás pie derecho (mirando a las 3:00)
- 6 Gira ¼ vuelta a la izquierda, paso pie izquierdo a la izquierda (mirando a las 12:00)

19-24: LUNGE, RECOVER, PASSÉ, DEVELOPÉ

- 1-3 Bajar doblando la rodilla izquierda y point pie derecho a la derecha
- 4 Empezar a subir
- 5 Girar ¼ vuelta a la derecha haciendo un passé (pierna doblada en angulo recto) con la pierna derecha
- 6 Elevar la pierna derecha haciendo un developé (estirar la pierna)

25-30: STEP FORWARD, ¼ TURN RIGHT, CROSS, STEP BACK, OVERSWAY

- 1 Paso adelante pie derecho (3:00)
- 2 Gira ¼ vuelta a la derecha, paso pie izquierdo a la izquierda (mirando a las 6:00)
- 6 Gira 1/8 vuelta a la derecha, cross pie derecho por delante del izquierdo (mirando a las 7:30)
- 3 Gira 1/8 vuelta a la derecha, paso atrás pie izquierdo (mirando a las 9:00)
- 4 Gira ¼ vuelta a la derecha, paso largo pie derecho a la derecha (mirando a las 12:00)
- 5 Sway con la parte superior del cuerpo a la derecha
- 6 Touch pie izquierdo junto al derecho

31-36: 1/8 TURN LEFT, WALKS FORWARD, CHAINÉ TURN

- 1 Gira 1/8 vuelta a la izquierda, paso adelante pie izquierdo (10:30)
- 2 Paso adelante pie derecho (10:30)
- 3 Paso adelante pie izquierdo (10:30)
- 4 Paso adelante pie derecho
- 5 Paso pie izquierdo junto al derecho, gira ¾ vuelta a la derecha
- 6 Gira ¼ vuelta a la derecha, paso adelante pie derecho (10:30)

37-42: CHECK FORWARD x2

- 1 Cross pie izquierdo por delante del derecho (10:30)
- 2 Devolver el peso al pie derecho
- 3 Gira 1/8 vuelta a la izquierda, paso pie izquierdo a la izquierda
- 4 Cross pie derecho por delante del izquierdo (7:30)
- 5 Devolver el peso al pie izquierdo
- 6 Paso pie derecho ligeramente atrás (mirando a las 7:30)

43-48: LEFT TWINKLE, 1 1/8 TURN WITH SWEEP

- 1 Paso pie izquierdo adelante (7:30)
- 2 Paso adelante pie derecho, gira 1/8 vuelta a la izquierda
- 3 Gira 1/8 vuelta a la izquierda, paso adelante pie izquierdo (4:30)
- 4 Paso adelante pie derecho (4:30)
- 5-6 Gira 1 1/8 a la derecha con el pie derecho, sweep pie izquierdo de atrás hacia adelante

VOLVER A EMPEZAR