

# MAN IN THE MIRROR

Chorégraphes : Rachael McEnaney & Simon Ward

**Type :** Danse en Ligne, 48 Temps, 2 Murs,

**Difficulté :** Avancée

**Musique :** *Man In The Mirror* par James Morrison, **94 Bpm**, (CD : Songs For You Truths For Me)

**Note Départ :** 32 temps sur *Man In The Mirror* par James Morrison

Comptes	Description	Suggestion Calling	Direction Sens
<b>Section 1</b>	<b>WALK RIGHT LEFT, ½ TURN RIGHT SAILOR STEP, LEFT BALL RIGHT CROSS WITH 1/8 TURN RIGHT, 3/8 TURN LEFT WITH RIGHT SWEEP, CROSS RIGHT, LEFT COASTER</b>		
1-2	Pas PD en Av, Pas PG en Av,	Walk Walk	Av
3&4	Croiser PD derrière PG (PdC sur l'Av), ¼ t à D avec Pas PG à G, ¼ t à D avec Pas PD légèrement en Av,	Sailor ½ Right	½ D (6h)
&5	1/8 t à D avec Pas PG à G, Croiser PD devant PG,	& Cross	D (7h30)
6-7	1/8 t à G avec Pas PG en Av et Faire Large Cercle Pointe PD de l'Ar vers l'Av avec ¼ t à G, Croiser PD devant PG,	Step ¼ Sweep	G (3h)
8&1	Pas PG en Ar (PdC sur l'Av), 1/8 t à D avec PD à côté PG, Pas PG en Av,	Cross Coaster Step	D (4h30)
<b>Section 2</b>	<b>WALK RIGHT, LEFT MAMBO FORWARD, ¼ TURN RIGHT, POINT LEFT TO LEFT, ¼ TURN LEFT, MAKE ½ LEFT STEPPING BACK RIGHT SWEEPING LEFT, LEFT BEHIND SIDE CROSS</b>		
2	Pas PD en Av,	Step	Av
3&4	Pas PG en Av, Revenir PdC sur PD en Ar, Pas PG en Ar,	Mambo Step	Sur place
&5-6	¼ t à D avec Pas PD à D, Toucher Pointe PG à G, ¼ t à G avec Pas PG en Av,	& Touch ¼ Left	(4h30)
7	½ t à G avec Pas PD en Ar et Faire Large Cercle Pointe PG de l'Av vers l'Ar, (Attention à ne pas trop appuyer votre tour, rester sur la diagonale)	Pivot Back Sweep	G (10h30)
8&1	Croiser PG derrière PD, Pas PD à D, Croiser PG devant PD,	Behind Side Cross	D
<b>Section 3</b>	<b>WALK RIGHT, LEFT CROSS &amp; LEFT HEEL, LEFT BALL, RIGHT JAZZ BOX ¼ TURN RIGHT</b>		
2	Pas PD en Av,	Walk	Av
3&4&	Croiser PG devant PD, 1/8 t à G avec Pas PD à D, Toucher Talon PG en diagonale Av G, PG à côté PD,	Cross & Heel &	G (9h)
5-6	Croiser PD devant PG, Pas PG en Ar,	Jazz Box ¼ Right	¼ D (12h)
7-8	¼ t à D avec Pas PD en Av, Pas PG en Av,		
<b>Section 4</b>	<b>STEP RIGHT, ½ CHASSE TURN LEFT, STEP LEFT, ¼ CHASSE TURN RIGHT, STEP RIGHT, ½ CHASSE TURN LEFT, FULL TURN RIGHT TRAVELLING FORWARD</b>		
1&2	Pas PD en Av, ½ t à G avec PdC sur PG en Av, Pas PD en Av,	Step Turn Step	½ G (6h)
3&4	Pas PG en Av, ¼ t à D avec PdC sur PD à D, Pas PG en Av,	Step ¼ Right Step	¼ D (9h)
5&6	Pas PD en Av, ½ t à G avec PdC sur PG en Av, Pas PD en Av,	Step Turn	½ G (3h)
7&8	½ t à D avec Pas PG en Ar, ½ t à D avec PdC sur PD en Av, Pas PG en Av,	Right Full Turn	Av

<b>Section 5</b>	<b>½ PIVOT RIGHT, ¼ TURN LEFT SWEEPING RIGHT, RIGHT CROSS, OUT OUT LEFT RIGHT, LEFT TOUCH, LEFT SIDE, HEEL SWITCHES RIGHT LEFT RIGHT</b>		
1-2	½ t à D avec PdC sur PD en Av, ¼ t à G avec PG en Av et Faire Large Cercle Pointe PD de l'Ar vers l'Av,	Pivot	½ D (9h)
3&4	Croiser PD devant PG, Pas PG légèrement en Ar, Pas PD à D,	¼ Left Sweep	¼ G (6h)
&5&6	Toucher Pointe PG à côté PD, Pas PG à G, Tourner Talon PD à l'intérieur, Le ramener à D,	Cross Out Out & Side Heel	Sur place
&7&8	Tourner Talon G à l'intérieur, Le ramener à G, Tourner Talon D à l'intérieur, Le ramener à D,	Swivel Right Left Right	
<b>Section 6</b>	<b>LEFT BALL, WALK RIGHT, LEFT MAMBO, ½ TURN RIGHT, STEP LEFT, ½ CHASSE TURN RIGHT, RIGHT ROCKING CHAIR</b>		
&1	PG à côté PD, Pas PD en Av,	& Walk	Av
2&3	Pas PG en Av, Revenir PdC sur PD en Ar, Pas PG légèrement en Ar,	Mambo Step	Sur place
4	½ t à D avec Pas PD en Av,	Pivot Right	½ D (12h)
5&6	Pas PG en Av, ½ t à D avec PdC sur PD en Av, Pas PG en Av,	Step Turn Step	½ D (6h)
7&8&	Pas PD en Av, Revenir PdC sur PG en Ar, Pas PD en Ar, Revenir PdC sur PG en Av,	Rocking Chair	Sur place
<b>Restart</b>	<b>Sur le 6<sup>ème</sup> mur, à la fin de la section 5 (12h) ajouter (&amp;) avec PG à côté PD et Reprendre la danse depuis le début,</b>		

*Recommencer en gardant votre sourire*

*Si vous constatez une erreur de traduction, je vous remercie de le signaler à l'adresse mail ci-dessous*

# Man In The Mirror

**Count:** 48                      **Wall:** 2                      **Level:** Advanced - WCS feel  
**Choreographer:** Rachael McEnaney & Simon Ward (Feb 2014)  
**Music:** Man In The Mirror – James Morrison (Album: Songs For You Truths For Me)

**Count In:** 32 counts from start of track, dance begins on vocals. Approx 94 bpm  
**Notes:** There is 1 restart on the 6th wall: dance first 40 counts of the dance, you will face 12.00 to restart

**[1 - 9] Walk R-L, ½ turn R sailor step, L ball R cross with 1/8 turn R, 3/8 turn L with R sweep, cross R, L coaster**

1 2                      Step forward right (1), step forward left (2), 12.00  
3 & 4                      Cross right behind (3), make ¼ turn right stepping left next to right (&), make ¼ turn right stepping forward right (4) 6.00  
& 5                      Step forward on ball of left making 1/8 turn right (&), cross right over left (5), 7.30  
6 7                      Make 1/8 turn left stepping forward left as you sweep right foot round making another ¼ turn left (6), cross right over left (7) 3.00  
8 & 1                      Step back left (8), make 1/8 turn right stepping right next to left (&), step forward left (1) 4.30

**[10 - 17] Walk R, L mambo forward, ¼ turn R, point L to L, ¼ turn L, make ½ turn L stepping back R sweeping L, L behind side cross**

2 3 & 4                      Step forward right (2), rock forward left (3), recover weight to right (&), step back left (4) 4.30  
& 5 6                      Make ¼ turn right as you step right to right side (&), point left to left side (5), make ¼ turn left stepping forward left (6) 4.30  
7 8                      Make ½ turn left stepping back right as you sweep left leg round (7), cross left behind right (8) 10.30  
& 1                      Step right to right side (&), step forward left (slightly across right) (1) 10.30

**Note: Counts 7 8 & 1: Try not to worry too much about the exact amount of turn (it has been broken down for styling) angle everything to diagonal**

**[18 - 24] Walk R, L cross & L heel, L ball, R jazz box ¼ turn R,**

2 3 & 4                      Step forward right (still facing diagonal 10.30) (2), cross left over right (3), make 1/8 turn left stepping right to right side (&), touch left heel to left diagonal (4) 9.00  
& 5 6 7 8                      Step in place on ball of left (&), cross right over left (5), step back left (6), make ¼ turn right stepping forward right (7), step forward left (8) 12.00

**[25 - 32] Step R, ½ chase turn L, step L, ¼ chase turn R, step R, ½ chase turn L, full turn R travelling forward**

1 & 2 3 & 4                      Step forward right (1), pivot ½ turn left, (&), step forward right (2), step forward left (3), pivot ¼ turn right (&), step forward left (4) 9.00  
5 & 6                      Step forward right (5), pivot ½ turn left (&), step forward right (6), 3.00  
7 & 8                      Make ½ turn right stepping back left (7), make ½ turn right stepping forward right (&), step forward left (8) 3.00

**[33 - 40] ½ pivot R, ¼ turn L sweeping R, R cross, out-out LR, L touch, L side, heel swivels R-L-R**

1 2 Pivot ½ turn right (weight ends right) (1), make ¼ turn left stepping forward on left as you sweep right foot round (2) 6.00

3 & 4 Cross right over left (3), step slightly back left (&), step right to right side (4) (feet end shoulder width apart) 6.00

& 5 & 6 Touch left next to right (&), step left to left side (5), swivel right heel in (&), return right heel (weight R) (6), 6.00

& 7 & 8 Swivel left heel in (&), return left heel (weight L) (7), swivel right heel in (&), return right heel (weight R) (8), 6.00

**Restart Restart here on the 6th wall – you will be facing front to restart – you need to step left next to right on ‘&’ count to begin again. 12.00**

**[41 - 48] L ball, walk R, L mambo, ½ turn R, step L, ½ chase turn R, R rocking chair**

& 1 2 & 3 Step ball of left next to right (&), step forward right (1), rock forward left (2), recover weight right (&), step back left (3) 6.00

4 5 & 6 Make ½ turn right stepping forward right (4), step forward left (5), pivot ½ turn right (&), step forward left (6) 6.00

7 & 8 & Rock forward right (7), recover weight left (&), rock back right (8), recover weight left (&) 6.00

**START AGAIN – HAVE FUN**

**Please do not alter this step sheet in any way. If you would like to use on your website please make sure it is in it's original format and include all contact details on this script. 2014 Rachael Louise McEnaney (rachaeldance@me.com) All rights reserved.**

**Contact: Rachael: [www.dancewithrachael.com](http://www.dancewithrachael.com) - [dancewithrachael@gmail.com](mailto:dancewithrachael@gmail.com) - Simon: [bellychops@hotmail.com](mailto:bellychops@hotmail.com)**