

RUN

Chorégraphes : Raymond Sarlemijn & Darren Bailey

Type : Danse en Ligne, 96 Temps, Mir

Difficulté : Déb / Intermédiaire

Musique : Run par Tiggs da Author feat Lady Leshurr, 164 Bpm (CD: Run - Single)

Note Départ : 16 temps sur Run par Tiggs da Author feat Lady Leshurr

Séquence : A B A B B A A (Restart), B B A A

Comptes	Description	Suggestion Calling	Direction Sens
PART A			
Section 1 POINT RIGHT, TOUCH SIDE RIGHT, TOUCH LEFT, LEFT VINE WITH ¼ TURN LEFT AND SCUFF			
1-2	Toucher Pointe PD à D Toucher Pointe PD à côté PG	Point Touch	Sur place
3-4	Pas PD à D Toucher Pointe PG à côté PD	Side Touch	D
5-6	Pas PG à G Croiser PD derrière PG	Left Vine	G
7-8	¼t à G avec Pas PGen Av, Frotter Talon PD vers l' Av,	¼ Left Scuff	¼ G (9h)
Section 2 FORWARD RIGHT, ¼ TURN LEFT WITH TOUCH SIDE LEFT, TOUCH RIGHT, FORWARD RIGHT, ¼ TURN LEFT WITH TOUCH SIDE LEFT, TOUCH RIGHT			
1-2	Pas PD en Av, ¼t à G Toucher Pointe PG à côté PD	Step ¼ Touch	¼ G (6h)
3-4	Pas PG à G Toucher Pointe PD à côté PG	Side Touch	G
5-6	Pas PD en Av, ¼t à G Toucher Pointe PG à côté PD	Step ¼ Touch	¼ G (3h)
7-8	Pas PG à G Toucher Pointe PD à côté PG	Side Touch	G
Section 3 RIGHT LOCK TO RIGHT DIAGONAL, TOUCH LEFT LOCK TO LEFT DIAGONAL, TOUCH			
1-2	En diagonale D Pas PD en Av, Croiser PG derrière PD	Step Lock	(4h30)
3-4	Pas PD en Av, Toucher Pointe PG à côté PD	Step Touch	
5-6	En diagonale G Pas PGen Av, Croiser PD derrière PG	Step Lock	(1h30)
7-8	Pas PGen Av, Toucher Pointe PD à côté PG	Step Touch	(12h)
Section 4 OUT RIGHT, OUT LEFT, IN RIGHT, IN LEFT, RIGHT HAND IN LEFT HAND IN RIGHT HAND FORWARD, LEFT HAND FORWARD			
1-2	Pas PD à D Pas PG à G	Out Out	Sur place
3-4	Ramener PD au centre, PG à côté PD	In In	
5-6	Pousser la main D vers le bas devant vous, Pousser la main vers le bas devant vous,	Hand Down	
7-8	Pousser la main D en avant (bras Dtendu), Pousser la main G en avant (bras Gtendu),	Hand Forward	
Section 5 BACK DIAGONAL RIGHT, TOUCH BACK DIAGONAL LEFT, TOUCH BACK DIAGONAL RIGHT, TOUCH SIDE LEFT, TOUCH			
1-2	Pas PD en diagonale Ar D (Ecarter les bras), Toucher Pointe PG à côté PD (Fermer les bras),	Back Touch	Ar
3-4	Pas PG en diagonale Ar G (Ecarter les bras), Toucher Pointe PD à côté PG (Fermer les bras),	Back Touch	
5-6	Pas PD en diagonale Ar D (Ecarter les bras), Toucher Pointe PG à côté PD (Fermer les bras),	Back Touch	
7-8	Pas PG à G (Ecarter les bras), Toucher Pointe PD à côté PG	Side Touch	G

Section 6	STEP RIGHT, CLOSE X4		
1-2	Pas PD à D PG à côté PD	Side Close	D
3-4	Pas PD à D PG à côté PD	Side Close	
5-6	Pas PD à D PG à côté PD	Side Close	
7-8	Pas PD à D Toucher Pointe PG à côté PD	Side Touch	
Section 7	STEP LEFT, BOUNCE OR POP, STEP LEFT, BOUNCE OR POP		
1-2	Pas PG à Gen se baissant sur les jambes, Faire mouvements du corps d'Av en Ar,	Side Pop	G
3-4	PD à côté PGen se redressant, Pause,	Side Hold	
5-6	Pas PG à Gen se baissant sur les jambes, Faire mouvements du corps d'Av en Ar,	Side Po	
7-8	Toucher Pointe PD à côté PGen se redressant, Pause,	Touch Hold	
Section 8	PADDLE TURNS MAKING A ½ TURN LEFT		
1-2	Pas PD à D 1/8 t à G avec PdC sur PG à G	Paddle 1/8 Turn	(10h30)
3-4	Pas PD à D 1/8 t à G avec PdC sur PG à G	X 4	(9h)
5-6	Pas PD à D 1/8 t à G avec PdC sur PG à G		(7h30)
7-8	Pas PD à D 1/8 t à G avec PdC sur PG à G		(6h)
PART B			
Section 1	SLOW MOTION RUN RIGHT, SLOW MOTION RUN LEFT, RUN FORWARD RIGHT, LEFT, RIGHT, LEFT		
1-2	Pas PD en Av, Gisser Hante PGen poussant vers l'Ar,	Step Push left	Sur place
3-4	Pas PGen Av, Gisser Hante PD en poussant vers l'Ar,	Step Push Right	
5-6	Pas PD en Av, Pas PGen Av,	Run Right Left	Av
7-8	Pas PD en Av, Pas PGen Av,	Right Left	
Section 2	SLOW MOTION RUN RIGHT, SLOW MOTION RUN LEFT, RUN BACK RIGHT, LEFT, RIGHT, LEFT		
1-2	Pas PD en Av, Gisser Hante PGen poussant vers l'Ar,	Step Push left	Sur place
3-4	Pas PGen Av, Gisser Hante PD en poussant vers l'Ar,	Step Push Right	
5-6	Pas PD en Ar, Pas PGen Ar,	Back Right Left	Ar
7-8	Pas PD en Ar, Pas PGen Ar,	Right Left	
Section 3	WEAVE TO RIGHT, CROSS ROCK WITH RIGHT, RECOVER, SIDE HOLD		
1-2	Croiser PD devant PG Pas PG à G	Weave Right	G
3-4	Croiser PD derrière PG Pas PG à G		
5-6	Croiser PD devant PG Revenir PdC sur PGen Ar,	Cross Rock	Sur place
7-8	Pas PD à D Pause,	Side Hold	
Section 4	WEAVE TO LEFT, CROSS ROCK WITH LEFT, RECOVER, SIDE HOLD		
1-2	Croiser PG devant PD Pas PD à D	Weave Left	D
3-4	Croiser PG derrière PD Pas PD à D		
5-6	Croiser PG devant PD Revenir PdC sur Den Ar,	Cross Rock	Sur place
7-8	Pas PG à G Pause,	Side Hold	
Restart	Sur la 4^{me} partie A à la fin de la section 4, reprendre la danse à la Partie 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

Run



Count: 96 **Wall:** 0 **Level:** Phrased Novice
Choreographer: Raymond Sarlemijn & Darren Bailey – April 2016
Music: Run by Tiggas da author

Counts/ Walls: A B A B B A 32 counts of A B B A A

Part A – 64 counts

A1: Point R Touch, Side R Touch L, L vine with ¼turn L and scuff

1-2 Point RF to R side, Touch RF next to LF
3-4 Step RF to R side, Touch LF next to RF
5-6 Step LF to L side, Cross RF behind LF
7-8 Make a ¼turn L and step forward on LF, Scuff RF forward

A2: Forward R ¼turn L with touch, Side L, Touch R Forward R ¼turn L with touch, Side L, Touch R

1-2 Step forward on RF, make a ¼turn L and touch LF next to RF
3-4 Step LF to L side, Touch RF next to LF
5-6 Step forward on RF, make a ¼turn L and touch LF next to RF
7-8 Step LF to L side, Touch RF next to LF

A3: R Lock to R diagonal, Touch, L Lock to L diagonal, Touch

1-2 Step RF forward to R diagonal, Lock LF behind RF
3-4 Step RF forward to R diagonal, Touch LF next to RF
5-6 Step LF forward to L diagonal, Lock RF behind LF
7-8 Step LF forward to L diagonal, Touch RF next to LF

A4: Out R Out L, In R In L, R hand in, L hand in, R hand forward, L hand forward

1-2 Step RF to R side, Step LF to L side
3-4 Step RF In towards LF, Step LF next to RF
5-6 Push R hand down in front of you, Push L hand down in front of you
7-8 Push R hand forward, Push L hand forward

A5: Back diagonal R Touch, Back diagonal L, Touch, Back diagonal R, Touch, Side L, Touch

1-2 Step RF back to R diagonal, Touch LF next to RF
3-4 Step LF back to L diagonal, Touch RF next to LF
5-6 Step RF back to R diagonal, Touch LF next to RF
7-8 Step LF to L side, Touch RF next to LF

A6: Step R Close, x4

1-2 Step RF to R side, Close LF next to RF
3-4 Step RF to R side, Close LF next to RF
5-6 Step RF to R side, Close LF next to RF
7-8 Step RF to R side, Touch LF next to RF

A7: Step L, Bounce or pop, Step L, Bounce or pop

- 1-2 Step LF to L side, Pump chest forward twice (or two little bounces)
- 3-4 Close RF next to LF, Hold
- 5-6 Step LF to L side, Pump chest forward twice (or two little bounces)
- 7-8 Touch RF next to LF, Hold

A8: Paddle turns making a 1/2 turn L

- 1-2 Step RF to R side, Make a 1/8 turn L (take weight onto LF)
- 3-4 Step RF to R side, Make a 1/8 turn L (take weight onto LF)
- 5-6 Step RF to R side, Make a 1/8 turn L (take weight onto LF)
- 7-8 Step RF to R side, Make a 1/8 turn L (take weight onto LF)

Part B – 32 counts

B1: Slow motion run R, Slow motion run L, Run forward R, L, R, L

- 1-2 Step forward on ball of RF, push LF back across floor
- 3-4 Step forward on ball of LF, push RF back across floor
- 5-6 Step forward on RF, Step forward on LF
- 7-8 Step forward on RF, Step forward on LF

B2: Slow motion run R, Slow motion run L, Run back R, L, R, L

- 1-2 Step forward on ball of RF, push LF back across floor
- 3-4 Step forward on ball of LF, push RF back across floor
- 5-6 Step back on RF, Step back on LF
- 7-8 Step back on RF, Step back on LF

B3: Wave to R, Cross rock with R, Recover, Side, Hold

- 1-2 Cross RF in front of LF, Step LF to L side
- 3-4 Cross RF behind LF, Step LF to L side
- 5-6 Cross rock RF in front of LF, Recover onto LF
- 7-8 Step RF to R side, Hold

B4: Wave to L, Cross rock with L, Recover, Side, Hold

- 1-2 Cross LF in front of RF, Step RF to R side
- 3-4 Cross LF behind RF, Step RF to R side
- 5-6 Cross rock LF in front of RF, Recover onto RF
- 7-8 Step LF to L side, Hold

Hope you enjoy the dance.

Live to Love; Dance to Express.

Raymond Sarlemijn: Email: rsarlemijn@gmail.com

Darren Bailey: Email: Dazzadance@hotmail.com