



CATCH & RELEASE

Easy Inter, 4 murs, 32 Comptes + 2 Tags

Chorégraphe : Jose Miguel Belloque Vane (NL) & Tokyo Ladies (08/ 2015)

Musique : *Catch & Release (Deepend Remix)*, Matt Simons

**** Tokyo Ladies : Kiyoko Ueda, Yukiko Ohashi, Yukiko Kato, Yoko Nagai, Miho Yamaura, Mami Watanabe ****

 Intro : 16 comptes, Démarrer sur le chant (env. 9 sec) 

PdC = Poids du Corps

Séquence : 32, 32, Tag, 32, 32, 32, 32, 32, Tag, 32, 32, 16, ending 12 o' clock (Rock Sweep, ¼ L 3&4)

1 – 8 Cross, Side Rock, Recover, Cross, ¼RBack, ¼R Side, Cross Rock, Recover, Side, Cross

1-2& Croiser PG devant PD, Rock D à D, Revenir sur PG
3-4 ↗ Croiser PD devant PG, ¼ Tour à D et Pas en arrière du PG **3 h**
5-6& ↗ ¼ Tour à D et Pas du PD à D, Croiser PG devant PD, Revenir sur PD **6 h**
7-8 Pas du PG à G, Croiser PD devant PG

2 – 16 L Mambo Cross, R Mambo Cross, Step-Lock-Step L Fwd-Step-Lock-Step R Fwd-StepL

1&2-3&4 ↑ En avançant légèrement : Mambo Cross du PG, Mambo Cross du PD
5&6&7& ↑ 2 Step-Lock-Step en avant : PG-PD-PG(5&6)-PD-PG-PD(&7&)
8 ↑ Pas en avant du PG

17 – 24 Fwd Rock, Recover & Sweep, Behind-Side-Cross-Side-Cross, Hold, Side-Cross Shuffle

1-2 Rock D en avant, Revenir sur PG et Sweep D (d'avant en arrière)
3&4 ← Croiser PD derrière PG, Pas du PG à G, Croiser PD devant PG
&5-6 ← Pas du PG à G, Croiser PD devant PG, Pause
&7&8 ← Pas du PG à G, Triple Step croisé à G (PD-PG-PD)

25 – 32 ¼ L, Fwd Rock, Recover, Sailor Cross ¼ L, ¼ L Step, ½ L Back, ½ L, Walks L-R

&1-2 ↗ ¼ Tour à G et Pas en avant du PG, Rock D en avant, Revenir sur PG **3 h**
3&4 ↗← Croiser PD derrière PG, ¼ Tour à G et Pas du PG à G, Croiser PD devant PG **12 h**
5-6 ↗↘ ¼ Tour à G et Pas en avant du PG, ½ Tour à G et Pas en arrière du PD **3 h**
7-8 ↘ ½ Tour à G et Marcher 2 Pas (PG-PD) **9 h**

Recommencez

2 TAGS : 8 Comptes à la fin des Murs 2 (6:00) et 7 (3:00)

2x Step Turn, Together, Fwd Rock, Recover, R Coaster Step

1-4 2 fois : Pas en avant du PG, ½ Tour à D (PdC sur PD)
& Revenir Pas du PG près du PG
5-6 Rock D en avant, Revenir sur PG
7&8 Pas en arrière du PD, Pas du PG près du PD, Pas en avant du PD

