

# Lay Me Down



**Chorégraphe :** David Linger (FRA - 2014)

**Niveau :** Intermédiaire

**Description :** danse en ligne, phrasée, 64 temps, 2 murs, 3 Ponts, 2 Tags, 1 Restart, Ending

**Phrases :** voir l'enchaînement des séquences en bas de fiche

**Musique :** "Lay Me Down" (126 bpm) par Avicii (CD : True)

**Démarrage :** après intro de 64 temps, sur la partie instrumentale (à 30 sec.)

## PONT (32 temps)

### I/ R VINE, L TOUCH, THREE STEP TURN LEFT, R SCUFF

1-4 PD à D, PG croisé derrière PD, PD à D, Touch (Tap) PG à côté PD

5-6 1/4 tour à G (09:00) avec PG devant, 1/2 tour à G (03:00) avec PD derrière

7-8 1/4 tour à G (12:00) avec PG à G, scuff avant PD

### II/ R JAZZ-BOX CROSS, TOE SWITCHES TRAVELLING BACKWARD

1-4 PD croisé devant PG, PG derrière, PD à D, PG devant

5&6& Touch (Tap) avant PD, PD légèrement derrière, Touch (Tap) avant PG, PG légèrement derrière

7-8 Touch (Tap) avant PD, kick avant PD

### III/ R COASTER STEP, STEP 1/2 TURN RIGHT, TOE SWITCHES TRAVELLING BACKWARD

1&2 Plante PD derrière, plante PG à côté PD, PD devant

3-4 PG devant, 1/2 tour à D (06:00) avec PdC sur PD

5&6& Touch (Tap) avant PG, PG légèrement derrière, Touch (Tap) avant PD, PD légèrement derrière

7-8 Touch (Tap) avant PG, kick avant PG

### IV/ L COASTER STEP, STEP 1/2 TURN LEFT, STOMP-UP, HOLD WITH SNAKE

1&2 Plante PG derrière, plante PD à côté PG, PG devant

3-4 PD devant, 1/2 tour à G (12:00) avec PdC sur PG

5-8 Stomp-Up avant PD, pause sur 3 temps avec mouvement ondulatoire du corps

## DANSE (64 temps)

### I/ FORWARD ROCK STEP, RECOVER, TRIPLE 1/2 TURN RIGHT, KICK BALL STEP, STEP 1/2 TURN RIGHT

1-2 Rock avant PD avec PdC, retour PdC sur PG

3&4 Pas chassé (D, G, D) avec 1/2 tour (06:00) progressif à D

5&6 Kick avant PG, plante PG à côté PD, PD devant

7-8 PG devant, 1/2 tour à D (12:00) avec PdC sur PD

### II/ FORWARD ROCK STEP, RECOVER, TRIPLE 3/4 TURN LEFT, SIDE ROCK, BEHIND-SIDE-CROSS

1-2 Rock avant PG avec PdC, retour PdC sur PD

3&4 Pas chassé (G, D, G) avec 3/4 tour (03:00) progressif à G

5-6 Rock latéral PD à D avec PdC, retour PdC sur PG

7&8 PD croisé derrière PG, PG à G, PD croisé devant PG

### III/ BALL CROSS, SIDE, BEHIND, SIDE, HEEL, BALL CROSS, SIDE, BEHIND, SIDE, HEEL

&1-2 Plante PG à G, PD croisé devant PG, PG à G

3&4 PD croisé derrière PG, PG à G, Touch (Tap) avant talon PD en diagonale D

&5-6 Plante PD croisée derrière PG, PG croisé devant PD, PD à D

7&8 PG croisé derrière PD, PD à D, Touch (Tap) avant talon PG en diagonale G

### IV/ BACK, STEP, BOUNCE, L KICK BALL CHANGE, FORWARD ROCK STEP, RECOVER, L COASTER STEP

*Corps orienté en diagonale gauche (01:30)*

**&1-2 PG légèrement derrière, PD devant, lever/poser talon PD au sol**

3&4 1/8ème tour (12:00) à G avec kick avant PG, plante PG à côté PD, PD à côté PG

5-6 Rock avant PG avec PdC, retour PdC sur PD

7&8 Plante PG derrière, plante PD à côté PG, PG devant

**Abréviations :** PD = Pied Droit - PG = Pied Gauche - D = Droite - G = Gauche - PdC = Poids du Corps

**Sources :** <http://www.davycountryboy.com> - <http://www.copperknob.co.uk> - Notre vidéo " Lay Me Down", initiation par le chorégraphe au Festival "West Country" (Châteaubriant (44) - août 2014) - Réalisation : <http://www.aboutwesternlinedance.fr> - Fiche modifiée le 19/10/2014

## **VI/ OUT-OUT, IN-IN-OUT-OUT, SWIVELS HEELS, JUMP WITH CROSS, UNWIND ¾ TURN LEFT**

- 1-2 PD devant ("Out") en diagonale D, PG devant ("Out") en diagonale G  
&3 PD au centre ("In"), PG au centre ("In")  
&4 PD devant ("Out") en diagonale D, PG devant ("Out") en diagonale G  
*pour le style, placer les mains au dessus de la tête*  
5&6 Pivot des talons à G (en appui sur les plantes), diriger les talons à G, à D, au centre  
7-8 Petit saut en croisant PD devant PG, 3/4 tour à G (03:00) avec PdC sur PG

## **VII/ SYNCOPATED ROCKS TRAVELLING BACKWARD**

- 1-2 Grand Rock arrière PD en diagonale D avec PdC, retour PdC sur PG  
& PD à côté PG légèrement derrière (assemblé en 3ème position)  
3-4 Grand Rock arrière PG en diagonale G avec PdC, retour PdC sur PD  
& PG à côté PD légèrement derrière (assemblé en 3ème position)  
5-6 Grand Rock arrière PD en diagonale D avec PdC, retour PdC sur PG  
& PD à côté PG légèrement derrière (assemblé en 3ème position)  
7-8 Grand Rock arrière PG en diagonale G avec PdC, retour PdC sur PD  
*pour le style, poussez les coudes derrière sur chaque grand Rock arrière*  
*Note : pour enchaîner avec le pont, ajoutez un pas supplémentaire : & PG (sur la plante) à côté PD*

## **VIII/ L SAILOR STEP WITH ¼ TURN LEFT, SYNCOPATED R ROCKING CHAIR, POINT, CROSS, POINT, CROSS**

- 1&2 Plante PG croisée derrière PD, 1/4 tour à G (12:00) avec plante PD à D, PG à G  
3&4& Rock avant PD avec PdC, retour PdC sur PG, Rock arrière PD avec PdC, retour PdC sur PG  
5-6 Touch pointe PD à D, PD devant  
7-8 Touch pointe PG à G, PG devant  
*Option sur les temps 7&8 : lever et taper (Slap) l'extérieur du talon PG de la main G sur le côté G, taper (Slap) l'intérieur du talon PG avec main D sur le côté D (en croisant PG devant jambe D), PG devant*

## **VIII/ 3 BACK ROCK STEPS WITH HITCH, L SAILOR STEP WITH ½ TURN LEFT**

- 1&2 Rock arrière PD avec PdC, retour PdC sur PG, Rock arrière PD avec Hitch PG  
3&4 Rock arrière PG avec PdC, retour PdC sur PD, Rock arrière PG avec Hitch PD  
5&6 Rock arrière PD avec PdC, retour PdC sur PG, Rock arrière PD avec Hitch PG  
7&8 Plante PG croisée derrière PD, 1/4 tour à G (09:00) avec plante PD à D, 1/4 tour à G (06:00) avec PG devant

### *Séquences de la danse avec timing :*

- . Pont -32 temps face à 12:00 à 0min30s  
. Danse -64 temps face à 12:00 à 0min46s  
. Danse -64 temps face à 06:00 à 1min16s  
. Tag -8 temps section VIII de la danse, face à 12:00 à 1min47s  
. Tag -8 temps section VIII de la danse, face à 06:00 à 1min51s  
. Danse -64 temps face à 12:00 à 1min55s  
. Danse -32 temps section I à IV de la danse, face à 06:00 à 2min25s  
. Restart Danse -64 temps face à 06:00 à 2min 41s  
. Danse -64 temps face à 12:00 à 3min12s  
. Danse -48 temps section I à VI de la danse, face à 06:00 à 3min42s  
. Pont -16 temps face à 09:00 à 4min05s, section I & II avec Jazz-Box ¼ de tour à D (12:00)  
. Pont -16 temps face à 12:00 à 4min13s, section I & II  
. Danse -64 temps face à 12:00 à 4min21s  
. Final -6 temps face à 06:00 à 4min51s, temps 1 à 6 de la section I pour finir face à 12:00