



# BETTER START LIVIN'RIGHT NOW

Chorégraphe	Mark Paulino & Hana Ries – (2023)
Description	48 temps - 4 murs – Danse en ligne
Niveau	Intermédiaire
Musique	Days Go By – Keith Urban
Particularité	1 TAG – 1 RESTART - FINAL
Départ	4X8 temps

## 1-8 STEP BACK/Drag, ROCK/RECOVER, WIZARD STEP X2

- 1-2 Grand pas PD en arrière – Glisser le PG à côté du PD
- 3-4 Pas PG en arrière – Revenir PDC sur PD
- 5-6& Pas PG en diag. avant G - Croiser PD derrière PG - Pas PG en diag. avant G
- 7-8& Pas PD en diag. avant D – Croiser PG derrière PD – Pas PD en diag. avant D

## 9-16 STEP FORWARD WITH BODY ROLL X2, BALL STEP ROCK RECOVER, ¼ TURN STEP, ½ TURN WITH SIDE HITCH

- 1-2 Pas PG en avant en déhanchant le corps vers l'avant – Revenir PDC sur PD en déhanchant le corps vers l'arrière
- 3-4 PDC sur PG en avant en déhanchant le corps vers l'avant – Revenir PDC sur PD en déhanchant le corps vers l'arrière
- &5-6 Ramener PG à côté du PD – Pas PD en avant – Revenir PDC sur PG
- 7-8 1/4 de tour à D et Pas PD à D – 1/2 tour à D et lever le genou G (09 :00)

*VARIANTE : pendant les temps 1-6 balancer les mains/bras de l'arrière vers l'avant*

## 17-24 SIDE STEP WITH DRAG, BEHIND CROSS ROCK RECOVER, HIP SWAYS X4

- 1-2 Grand pas PG à G – Glisser PD à côté du PG
- 3-4 Croiser PD derrière PG – Revenir PDC sur PG
- 5-6 Pas PD à D en balançant les hanches à D – Pas PG à G en balançant les hanches à G
- 7-8 Pas PD à D en balançant les hanches à D – Pas PG à G en balançant les hanches à G

## 25-32 SIDE SHUFFLE, ½ TURN SIDE SHUFFLE, BOX STEP WITH CROSS OVER

- 1&2 Pas PD à D – PG à côté du PD – Pas PD à D
- 3&4 1/2 tour à G et pas PG à G – PD à côté du PG – Pas PG à G (03 :00)
- 5-6 Croiser PD devant PG – Pas PG en arrière
- 7-8 Pas PD à D – Croiser PG devant PD

FINAL ICI SUR LE MUR 9 (12 :00)

## 33-40 SIDE STEP & TOUCH, ¼ SIDE STEP & TOUCH, SIDE STEP & TOGETHER, BOUNCE X2

- 1-2 Pas PD à D – Toucher PG à côté du PD
- 3-4 1/4 de tour à D et pas PG à G – Toucher PD à côté du PG (06 :00)
- 5-6 Pas PD à D – Poser PG à côté du PD
- 7&8& Lever les 2 talons – Baisser les 2 talons - Lever les 2 talons – Baisser les 2 talons

*VARIANTE : Pendant les temps 1-6, lever les bras et les balancer dans le sens de pas.*

*Pendant les temps 7&8&, pousser les bras vers le ciel lorsqu'on lève les talons.*

RESTART ICI SUR LE MUR 6 (03 :00)

## 41-48 SIDE ROCK RECOVER, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK RECOVER, CROSS OVER, ¼ TURN STEP

### BACK

- 1-2 Pas PG à G – Revenir PDC sur PD
- 3&4 Croiser PG devant PD – Pas PD à D – Croiser PG devant PD
- 5-6 Pas PD à D – Revenir PDC sur PG
- 7-8 Croiser PD devant PG – 1/4 de tour à D et pas PG en arrière (09 :00)

TAG ICI SUR LE MUR 5 (09 :00)

### TAG :

- A la fin du Mur 5 (09 :00) : danser les 4 temps suivants puis recommencer la danse au début :

### 1-4 STEP BACK, SWAY, STEP FWD, SWAY

- 1-2 Pas PD en arrière – Balancer les hanches en arrière
- 3-4 Pas PG en avant – Balancer les hanches en avant

### RESTART :

- Sur le mur 6 (03 :00) après 40 comptes

### FINAL :

Sur le mur 9, danser les 32 premiers temps (12 :00), rassembler PD à côté du PG, lever les mains sur les côtés sur 8 temps, puis baisser les mains sur 8 temps.

😊 REPRENDRE AU DEBUT ET GARDER LE SOURIRE 😊