

YOU'RE ONLY YOUNG ONCE



Chorégraphe : Micaela SVENSSON ERLANDSSON - Häradsbäck , SUÈDE / Septembre 2016

LINE Dance : 32 temps - 2 murs

Niveau : débutant

Musique : **You're only once - Derek RYAN - BPM 170**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 27 / 11 / 2016

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 32 temps

SIDE, HOLD, BACK ROCK, SIDE, HOLD, BACK ROCK

- 1 à 4 pas PD côté D - **HOLD** - ROCK STEP G arrière, revenir sur PD avant
5 à 8 pas PG côté G - **HOLD** - ROCK STEP D arrière, revenir sur PG avant

STEP, TOUCH, STEP, HOOK, LOCK STEP, SCUFF

- 1.2 pas PD avant - TAP PG à côté du PD
3.4 pas PG à côté du PD - HOOK PD devant cheville G
5.6.7 *STEP-LOCK-STEP D avant* : pas PD avant - **LOCK** PG derrière PD - pas PD avant
8 BRUSH BALL PG avant

ROCK STEP, TOE STRUT BACK TWICE, TOE, UNWIND ½ LEFT

- 1.2 ROCK STEP G avant, revenir sur D arrière
3.4 *TOE STRUT G arrière* : TOUCH BALL PG arrière - *DROP* : abaisser talon G au sol
5.6 *TOE STRUT D arrière* : TOUCH BALL PD arrière - *DROP* : abaisser talon D au sol
7.8 TOUCH pointe PG arrière - **UNWIND 1/2 tour G** (*appui PG avant*)

MODIFIED JAZZ BOX, TWICE (KICK, CROSS, BACK, SIDE)

- 1 KICK PD avant
2.3.4 *JAZZ BOX D* : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière - pas PD côté D
5 KICK PG avant
6.7.8 *JAZZ BOX G* : CROSS PG par-dessus PD - pas PD arrière - pas PG côté G

TAG : 4 temps, après le 1^{er} mur - 6 : 00 - , le 4^{ème} mur 4 - 12 : 00 - , et le 11^{ème} mur - 12 : 00 -

HEEL GRIND, BACK ROCK

- 1 pas talon D avant.... *pointe PD vers G ↖*
2 **GRIND** sur talon D, revenir sur PG arrière (*pointe PD à D ↗*)
3.4 ROCK STEP D arrière, revenir sur PG avant

You're Only Young Once



Choreographed by **Micaela SVENSSON ERLANDSSON** (September 2015)
Micaela Svensson Erlandsson : micas@ldcrazy.se - www.ldcrazy.se
Description : 32 count, 2 wall, Improver Line Dance
Music : **You're only young once by Derek RYAN** / amazon.com

Intro : 32 Counts

SIDE, HOLD, BACK ROCK, SIDE, HOLD, BACK ROCK

- 1-4 Step right side, hold, rock left back, recover to right
- 5-8 Step left side, hold, rock right back, recover to left

STEP, TOUCH, STEP, HOOK, LOCK STEP, SCUFF

- 1-4 Step right forward, touch left together, step left together, hook right over
- 5-8 Step right forward, lock left behind, step right forward, brush left forward

ROCK STEP, TOE STRUT BACK TWICE, TOE, UNWIND ½ LEFT

- 1-4 Rock left forward, recover to right, step left toe back, lower left heel
- 5-8 Step right toe back, lower right heel, touch left back, unwind ½ left (weight to left)

MODIFIED JAZZ BOX, TWICE (KICK, CROSS, BACK, SIDE)

- 1-4 Kick right forward, cross right over, step left back, step right side
- 5-8 Kick left forward, cross left over, step right back, step left side

REPEAT

TAG : After walls 1 (6 : 00) , 4 (12 : 00) , and 11 (12 : 00)

HEEL GRIND, BACK ROCK

- 1-2 Rock right heel forward (toe turned in), recover to left (right toe turned out)
- 3-4 Rock right back, recover to left

Dedication : To Carina Klaar (Carinas Linedancers) as a huge thank you for sharing this song

<http://www.kickit.to/>

<http://www.copperknob.co.uk/>