

Light Up My Heart (fr)

COPPER KNOB
STEPPERS

Compte: 32

Mur: 4

Niveau: Novice

Chorégraphe: Maggie Gallagher (UK) - Mars 2026

Musique: The One - Michael Patrick Kelly



Introduction : Démarrer sur le mot "remember" (9 secondes environ)

S1: STEP, TOUCH, BACK, ¼ SIDE, CROSS, TOUCH, BACK, ¼ STEP

- 1-2 Avancer PD, Faire un Touch de la pointe G derrière le PD
- 3-4 Reculer PG, Faire ¼ de tour à D en posant PD à D [3:00]
- 5-6 Croiser PG devant PD, Faire un Touch de la pointe D derrière le PG
- 7-8 Reculer PD, Faire ¼ de tour à G en avançant PG [12:00]

S2: R SHUFFLE, ROCK, RECOVER, ½ SHUFFLE, STEP, ¼ PIVOT

- 1&2 Avancer PD, Poser PG à côté du PD, Avancer PD
- 3-4 Faire un Rock devant du PG, Revenir sur PD
- 5&6 Faire ¼ de tour à G et poser PG à G, Poser PD à côté du PG, Faire ¼ de tour à G en avançant PG [6:00]
- 7-8 Avancer PD, Faire un Pivot ¼ de tour à G en posant PG à G [3:00]

S3: CROSS, POINT, CROSS, SWEEP, JAZZ BOX CROSS

- 1-2 Croiser PD devant PG, Pointer PG à G
- 3-4 Croiser PG devant PD, Faire un Sweep du PD de l'arrière vers l'avant
- 5-6-7-8 Croiser PD devant PG, Reculer PG, Poser PD à D, Croiser PG devant PD [3:00]

S4: CHASSE R, ROCK BACK, RECOVER, CHASSE L, ROCK BACK, RECOVER

- 1&2 Poser PD à D, Poser PG à côté du PD, Poser PD à D
- 3-4 Faire un Rock du PG derrière le PD, Revenir sur PD
- 5&6 Poser PG à G, Poser PD à côté du PG, Poser PG à G
- 7-8 Faire un Rock du PD derrière le PG, Revenir sur PG [3:00]

TAG : A la fin du Mur 2 face à [6:00], et à la fin du Mur 6 face à [6:00], danser le Tag suivant de 16 comptes. A la fin du Mur 4 face à [12:00], danser les 8 premiers comptes du Tag.

SIDE, DRAG, ROCK BACK, RECOVER, SIDE, DRAG, ROCK BACK, RECOVER

- 1-2 Faire un grand pas à D avec le PD, Faire glisser le PG jusqu'au PD
- 3-4 Faire un Rock du PG derrière le PD, Revenir sur PD
- 5-6 Faire un grand pas à G avec le PG, Faire glisser le PD jusqu'au PG
- 7-8 Faire un Rock du PD derrière le PG, Revenir sur PG

R ROCKING CHAIR, STEP, ½ PIVOT, STEP, ½ PIVOT

- 1-2-3-4 Faire un Rock devant du PD, Revenir sur PG, Faire un Rock derrière du PD, Revenir sur PG
- 5-6 Avancer PD, Faire un Pivot ½ tour à G et transférer le PdC sur le PG [12:00]
- 7-8 Avancer PD, Faire un Pivot ½ tour à G et transférer le PdC sur le PG [6:00]

FINAL : A la fin du Mur 10, croiser le PD devant le PG et dérouler ½ tour à G (unwind) pour finir face à [12:00].

Cette danse est dédiée à ma très grande amie Andrea Scharl en Autriche, qui m'a proposé cette musique.

Maggie Gallagher - +44 7950291350

www.facebook.com/maggiiegchoreographer - www.maggiieg.co.uk

Traduction : Audrey Flament (Audrey Dance)

