

# RHYTHM INSIDE

Chorégraphe : Amélie Jammart

**Type :** Danse en Ligne, 32 Temps, 4 Murs

**Difficulté :** Déb / Intermédiaire

**Musique :** *Rhythm Inside* par Loïc Nottet, **90 Bpm**, (CD : Rhythm Inside - EP)

**Note Départ :** 16 temps sur *Rhythm Inside* par Loïc Nottet

Comptes	Description	Suggestion Calling	Direction Sens
<b>Section 1</b>	<b>WALK, WALK, OUT, OUT, BOUNCE, ROCK STEP BACK, TOUCH SIDE, TURNING HIPS</b>		
1-2	Pas PD en Av, Pas PG en Av,	Walk Walk	Av
&3&4	Pas PD à D, Pas PG à G, Soulever les Talons, Reposer les Talons,	Out Out Bounce	Sur place
5&6	Pas PD en Ar, Revenir PdC sur PG en Av, Toucher Pointe PD à D,	Back Rock Point	
7-8	Tourner les Hanches de G à D,	Hips Roll	
<b>Section 2</b>	<b>LOCK STEP BACK, LOCK STEP, ROCK STEP BACK, SWEEP <math>\frac{3}{4}</math></b>		
1&2	Pas PG en Ar, Croiser PD devant PG, Pas PG en Ar,	Back Lock Step	Ar
3&4	Pas PD en Ar, Croiser PG devant PD, Pas PD en Ar,	Back Lock Step	
5-6	Pas PG en Ar, Revenir PdC sur PD en Av,	Back Rock	Sur place
7-8	$\frac{3}{4}$ t à D sur Ball PD avec Large Cercle pointe PG de l'Ar vers l'Av,	$\frac{3}{4}$ Sweep Right	$\frac{3}{4}$ D (9h)
<b>Section 3</b>	<b>CROSS, SIDE, BEHIND SIDE CROSS, BIG STEP, SAILOR <math>\frac{1}{4}</math></b>		
1-2	Croiser PG devant PD, Pas PD à D,	Cross Side	D
3&4	Croiser PG derrière PD, Pas PD à D, Croiser PG devant PD, `	Behind Side Cross	
5-6	Grand Pas PD à D, Ramener lentement PG vers PD,	Slide Drag	
7&8	Croiser PG derrière PD, $\frac{1}{4}$ t à G avec Pas PD à D, Pas PG légèrement en Av,	Sailor $\frac{1}{4}$ Left	$\frac{1}{4}$ G (6h)
<b>Section 4</b>	<b>WALK, WALK, OUT, OUT, IN, CROSS, BOUNCE, BOUNCE, TURN <math>\frac{3}{4}</math></b>		
1-2	Pas PD en Av, Pas PG en Av,	Walk Walk	Av
&3&4	Pas PD à D, Pas PG à G, Pas PD au centre, Croiser PG devant PD,	Out Out In Cross	Sur place
&5&6	Soulever les Talons, Reposer les Talons, (2 fois),	Bounce Bounce	
7-8	$\frac{3}{4}$ t à D sur Ball PG en 2 temps,	$\frac{3}{4}$ Turn Right	$\frac{3}{4}$ D (3h)
<b>TAG</b>	<b>Sur le 4<sup>ème</sup> mur, à la section 2, après les comptes 5-6, faire pour les comptes 7-8 Pas PG en Av, Toucher Pointe PD à côté PG et Reprendre la danse depuis le début (9h)</b>		

*Recommencer en gardant votre sourire*

*Si vous constatez une erreur de traduction, je vous remercie de le signaler à l'adresse mail ci-dessous*

# Rhythm Inside

---

**Count:** 32                      **Wall:** 4                      **Level:** Classic Novice  
**Choreographer:** Amélie Jammart – June 2015  
**Music:** "Rhythm Inside" by Loic Nottet (BPM 90)

---

## **WALK, WALK, OUT, OUT, BOUNCE, ROCK STEP BACK, TOUCH SIDE, TURNING HIPS.**

1-2                      RF walk forward, LF walk forward&3&4                      RF Step side right, LF Step side left, LF-RF Unstick the heels of the ground without unstick soles of the foot, LF-RF Rest heels on the ground

5&6                      RF Rock back right, LF recover, RF touch side right

7-8                      Turning hips left to right

## **LOCK STEP BACK, LOCK STEP, ROCK STEP BACK, SWEEP ¾**

9&10                      LF Step back, RF Lock over left, LF Step back

11&12                      RF Step back, LF Step over right, RF Step back

13-14                      LF Rock back left, RF Recover

15-16                      LF Sweep ¾ right

## **TAG: WALL 4, AFTER 14 COUNT, CHANGE COUNT 15-16, STEP FORWARD LF, TOUCH RF AND RESTART DANCE**

## **CROSS, SIDE, BEHIND SIDE CROSS, BIG STEP, SEILOR 1/4**

17-18                      LF Cross over right, RF Step side right

19&20                      LF Cross behind right, RF Step side right, LF Cross over right

21-22                      RF Big step right

23&24                      LF Cross behind ,1/4 turn left, RF step side right, LF step side left

## **WALK, WALK, OUT, OUT, IN, CROSS, BOUNCE, BOUNCE, TURN ¾**

25-26                      RF Walk forward, LF Walk forward

&27&28                      RF Step side right, LF Step side left, RF Step in, LF Cross over right  
&                      LF-RF Unstick the heels of the ground without unstick soles of the foot

29                      LF-RF Rest heels on the ground

&                      LF-RF Unstick the heels of the ground without unstick soles of the foot

30                      LF-RF Rest heels on the ground

31-32                      LF ¾ turn right

**Contact:** [diddl-01@hotmail.com](mailto:diddl-01@hotmail.com)