



Happy Days de la retraite sportive

Association affiliée à la FFRS Fédération Française de la Retraite Sportive

POWER OVER ME

Chorégraphie : Roy Verdonk (NL), Annette Rosendahl Dam (DK) & Jef Camps (BE) - January 2019
Type : Danse en ligne – 48 Temps – 2 Murs
Niveau : Intermédiaire
Musique : "Power Over Me" by Dermot Kennedy – 174 BPM
Intro 16 Temps

S1: SIDE, BEHIND, SIDE, VAUDEVILLE, & HEEL GRIND, BEHIND-SIDE-CROSS

1-2& PD à Droite - PG croise derrière PD - PD à Droite
3&4& PG croise devant PD - Petit pas PD à Dte - Talon Gauche devant - PG à côté du PD
5-6 Heel Grind PD croisé devant PG - PG à Gauche en pivotant le talon PD vers la Droite
7&8 PD croise derrière PG - PG à Gauche - PD croise devant PG

S2: CHASSE, SHUFFLE 1/2 TURN, 1/2 BACK, SWEEP, SAILOR 1/8 TURN

1&2 PG à Gauche - PD à côté du PG - PG à Gauche
3&4 ¼ de tour à Dte avec PD à Droite - PG à côté du PD - ¼ de tour à Dte avec PD devant **6H**
5-6 ½ tour à Dte avec PG derrière - Sweep PD vers l'arrière **12H**
7&8 PD croise derrière PG - PG à Gauche - PD dans la diagonale Dte **1H30**

S3: BALL, ROCK FWD/RECOVER, COASTER STEP, STEP FWD, SWEEP, 1/8 CROSS SAMBA

&1-2 Ball PG à côté du PD - Rock PD devant - Revenir sur PG **1H30**
3&4 PD derrière - PG à côté du PD - PD devant **1H30**
5-6 PG devant - Sweep du PD vers l'avant **1H30**
7&8 1/8 de tour à Dte avec PD croisé devant PG - PG à Gauche - PD à Dte **3H**

S4: KICK, CROSS, TOUCH, BALL, HEEL, BALL, TOUCH, STEP, 1/2 PIVOT, STEP-LOCK-STEP

1&2& Kick PG dans diag Dte - PG croisé devant PD - Touche PD derrière PG - Ball PD derrière
3&4 Talon PG devant - Ball PG à côté du PD - PD touche à côté du PG
5-6 PD devant - ½ tour à Gauche avec PdC sur PG **9H**

TAG + RESTART ICI

7&8 PD devant - Lock PG derrière PD - PD devant

S5: PRISSY WALKS WITH SWEEPS, CROSS, 1/4 BACK, SHUFFLE 1/2 TURN

1-2 PG devant légèrement croisé devant PD - Sweep PD vers l'avant
3-4 PD devant légèrement croisé devant PG - Sweep PG vers l'avant
5-6 PG croisé devant PD - ¼ de tour à Gauche avec PD derrière **6H**
7&8 ¼ de tour à Gauche avec PG à Gauche - PD à côté du PG - ¼ de tour à Gauche avec PG devant **12H**



Happy Days de la retraite sportive

Association affiliée à la FFRS Fédération Française de la Retraite Sportive

S6: ROCK FWD/RECOVER, SHUFFLE 1/2, ROCK FWD/RECOVER, COASTER CROSS

- 1-2 Rock PD devant - Revenir sur PG
3&4 ¼ de tour à Dte avec PD à Dte - PG à côté du PD - ¼ de tour à Dte avec PD devant **6H**
5-6 Rock PG devant - Revenir sur PD
7&8 PG derrière - PD à côté du PG - PG croisé devant PD

Tag + Restart:

Au mur 6 changer les comptes 31&32 (step-lock-step de la 4° section) en ajoutant un marqueur de 6 temps avant de redémarrer la danse à 12H.

- 31-32 ¼ de tour à Gauche avec PD à Dte - Pause
1-2-3-4 faire un demi-cercle avec les deux mains croisées devant la poitrine, descendant puis remontant mains ouvertes vers le ciel

Note:

Il semble difficile de compter l'introduction, je vous conseille de compter comme ceci:

1-2-3-4-5-6 1-2-3-4-5-6 5-6-7-8 puis commencez à danser

Source et Vidéo : <https://www.copperknob.co.uk/stepsheets/power-over-me-ID130594.aspx>