

# THE MORNING AFTER



**Musique :** The Morning After - Nathan Carter  
**Chorégraphie :** Gary O' Reilly (IE) & Maggie Gallagher (UK) (Novembre 2022)  
**Type :** 4 murs, 16 temps  
**Niveau :** Débutant  
**Départ :** Après 32 temps

**1-8 RIGHT HEEL STRUT, LEFT HEEL STRUT, FORWARD ROCK STEP, BACK - LEFT TOE STRUT, RIGHT TOE STRUT, LEFT COASTER STEP**

1& (Pas syncopé) Poser le talon du PD devant & Poser la plante du pied  
2& (Pas syncopé) Poser le talon du PG devant & Poser la plante du pied  
3&4 (Pas syncopés) ROCK du PD devant & Revenir sur le PG - PD derrière  
5& (Pas syncopé) Poser la pointe du PG derrière & Poser la plante du pied  
6& (Pas syncopé) Poser la pointe du PD derrière & Poser la plante du pied  
7&8 PG derrière & PD à côté du PG - PG devant

**9-16 RIGHT JAZZ BOX WITH 1/4 RIGHT - TWIST HEELS-TOES-HEELS-HOLD & CLAP, TWIST HEELS-TOES-HEELS-HOLD & CLAP**

1-2 Croiser le PD devant le PG - PG derrière  
3-4 Pivoter 1/4 de tour à droite et PD à droite - PG à côté du PD (PdC sur les 2 pieds) (3h)  
5&6 Pivoter les talons vers la G & Pivoter les pointes vers la G - Pivoter les talons vers la G  
& Pause et Taper des mains  
7&8 Pivoter les talons vers la D & Pivoter les pointes vers la D - Pivoter les talons vers la D  
& Pause et Taper des mains

**RECOMMENCEZ AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE 😊**