



# Not My Day



École de Danse Country **MOON RIDER DANCERS**. Prof : Diane Gamache  
 Tél : 450-469-1414 Courriel : gamadine175@gmail.com  
 Ecole de Danse Country **URBAN COWBOY**. Prof : Sylvain Richard  
 Cell : 514-971-4397 Courriel : urban.cowboys@hotmail.com  
 Web : [www.moon-urban.com/](http://www.moon-urban.com/)

**Catégorie** : Partenaire / Intermédiaire

**Compte** : 64 **Position** : Double Open Hand Hold ( Homme face OLOD, femme face ILOD)

**Chorégraphe** : Jeff & Telma Mills

**Musique** : Tired Of Getting My Butt Kicked- The Bellamy Brothers

**Intro** : 16 comptes

## HOMME

## FEMME

<b>1-8</b>	<b>MAN : (SIDE, TOUCH) X 2, WEAVE TO LEFT LADY : (SIDE, TOUCH) X 2, WEAVE TO RIGHT</b>	
1-2	Step G à gauche, Pointe D à côté du pied gauche	Step D à droite, Pointe G à côté du pied droit
3-4	Step D à droite, Pointe G à côté du pied droit,	Step G à gauche, Pointe D à côté du pied gauche
5-6	Step G à gauche, Croisez pied D derrière pied G	Step D à droite, Croisez pied G derrière pied D
7-8	Step G à gauche, Croisez pied D devant pied G	Step D à droite, Croisez pied G devant pied D
<b>9-16</b>	<b>(SIDE, HOLD, BACK ROCK STEP) X 2</b>	
1-2	Step G à gauche, Pause	Step D à droite, Pause
3-4	Rock pied D croisé derrière le pied G, Retour sur le pied G	Rock pied G croisé derrière le pied D, Retour sur le pied D
5-6	Step D à droite, Pause	Step G à gauche, Pause
7-8	Rock pied G croisé derrière le pied D, Retour sur le pied D	Rock pied D croisé derrière le pied G, Retour sur le pied G
<b>17-24</b>	<b>STEP, ¼ TURN X 2, TOUCH, ¼ TURN, SLIDE, STEP, HITCH</b>	
<i>Lâcher la main D de l'homme et la main G de la femme, lever la main G de l'homme et la main D de la femme. La femme passe sous les bras levés</i>		
1-2	Step G devant, Pied D ¼ de tour à G	Step D devant, Pied G ¼ de tour à D
3-4	Pied G ¼ de tour à G, pointe D à côté du pied G	Pied D ¼ de tour à D, pointe G à côté du pied D
<i>Les partenaires ont changé de côté, homme face à I.L.O.D. et femme face à O.L.O.D.</i>		
5-6	Pied D ¼ de tour à D, Glissez pied G à côté du pied D	Pied G ¼ de tour à G, Glissez pied D à côté du pied G
7-8	Step D devant, Levez le genou G	Step G devant, Levez le genou D
<b>25-32</b>	<b>ROCK STEP, ROCK, HOLD, SLOW COASTER STEP ¼ TURN, HOLD</b>	
<i>Position Left Open Promenade</i>		
1-4	Rock G devant, Retour sur le pied D, Rock G derrière, Pause	Rock D devant, Retour sur le pied G, Rock D derrière, Pause
5-8	Step D derrière, Assemblez pied G à côté du pied D, Step D devant avec ¼ de tour à D, Pause	Step G derrière, Assemblez pied D à côté du pied G, Step G devant avec ¼ de tour à G, Pause
<i>Sur le compte 8, lâcher les mains intérieures</i>		
<b>33-40</b>	<b>MAN : ¼ TURN, ½ TURN, STEP, HOLD, WALK X 3, HOLD LADY : ¼ TURN, ½ TURN, STEP, HOLD, STEP PIVOT, BACK, HOLD</b>	
1-4	Step G avec ¼ de tour à D, ½ tour à D et Step D devant (LOD), Step G devant, Pause	Step D avec ¼ de tour à G, ½ tour à G et Step G devant (LOD), Step D devant, Pause
<i>L'homme lève la main D de la femme avec sa main G, la femme passe sous les bras levés</i>		
5-8	Steps DGD devant, Pause (Finir en Position Close Western)	Step G devant, Pivote ½ tour à G et pied D derrière, Step G derrière, Pause

## Not My Day ( suite)

<b>41-48</b>	<b>MAN: (WALK X 3, HOLD) X 2</b> <b>LADY: (BACK X 3, HOLD) X 2</b>	
1-4	Steps GDG devant , Pause	Steps DGD derrière, Pause
5-8	Steps DGD devant, Pause	Steps GDG derrière, Pause
<i>Sur le compte 8, lâcher la main D de l'homme et la main G de la femme</i>		
<b>49-56</b>	<b>STEP, ¼ TURN X 2, HOLD, ROTATE ½ TURN, HOLD</b>	
<i>Lever le bras G de l'homme et le bras D de la femme</i>		
<i>L'homme passe sous les bras levés, la femme passe derrière l'homme</i>		
1-4	Step G devant, Step D derrière avec ¼ tour à G (ILOD), Step G à G avec ¼ tour à G, Pause (RLOD)	Step D devant, Step G devant avec ¼ tour à D (OLOD), Step D devant avec ¼ tour à D, Pause (LOD)
<i>Les partenaires changent de côté, main D de l'homme dans la main D de la femme à la hauteur de la ceinture</i>		
5-8	Steps DGD avec ½ tour à D, Pause (LOD)	Steps GDG avec ½ tour à D, Pause (RLOD)
<b>57-64</b>	<b>MAN : WALK FWD X3, HOLD, STEP, SLIDE, ¼ TURN, HOLD</b> <b>LADY : ½ TURN X 3, HOLD, STEP, SLIDE, ¼ TURN, HOLD</b>	
<i>Lever le bras D de l'homme et le bras D de la femme, la femme passe sous les bras levés</i>		
1-4	Steps GDG avant, Pause <i>(Position Side By Side)</i>	½ tour à D avec Step D devant, ½ tour à D avec Step G derrière, ½ tour à D avec Step D devant, Pause
5-8	Step D devant, Glissez pied G à côté du pied D, Step D devant avec ¼ tour à D, Pause	Step G devant, Glissez pied D à côté du pied G, Step G devant avec ¼ tour à G, Pause