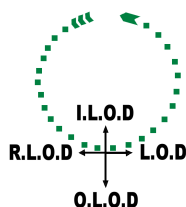


# BEST FRIEND WALTZ

**Chorégraphe:** Mariette & Jean-Marc Villeneuve  
**Description:** partner / ronde 48 temps, VALSE  
**Niveau:** Novice  
**Musique:** 100 bpm ..... "You're The Best Friend" Mike Denver



Position de départ : WESTERN CLOSED : face à face. Homme face à la LOD. Main G homme & main D femme à l'extérieur au niveau de l'épaule, Main D de l'homme sur épaule G de la femme, Main G de la femme sur le bras D de l'homme tout près de son épaule ou légèrement derrière son épaule



pas du cavalier



pas de la cavalière

**1-12** → **CAVALIER : (CROSS BASIC FWD) x2, (STEPS FWD) x2 - CAVALIERE : (CROSS BASIC BACK) x2, STEPS 1/2 TURN, STEPS FWD**

1,2,3	TWINKLE AV G	croiser PG devant PD, PD à D, PG sur place	TWINKLE ARR D	croiser PD derrière PG, PG à G, PD sur place
4,5,6	TWINKLE AV D	croiser PD devant PG, PG à G, PD sur place	TWINKLE ARR G	croiser PG derrière PD, PD à D, PG sur place

**Aux comptes 7-8-9, lâcher main D de l'homme et main G de la femme - La femme passe sous le bras G de l'homme et sous son bras D - Le couple se retrouve en position "open promenade"**

7,8,9	MARCHE - RAMENE - POSE	PG devant, ramener PD à côté de PG, PG sur place	1/2 TOUR D-RAMENE-POSE	1/2 à D et PD à D, ramener PG à côté de PD, PD sur place
10,11,12	MARCHE - RAMENE - POSE	PD devant, ramener PG à côté de PD, PD sur place	MARCHE-RAMENE-POSE	PG devant, ramener PD à côté de PG, PG sur place

**13-24** → **(BASIC STEPS 1/4 TURN) x2, STEPS 3/4 TURN, STEPS BACK**

**Aux comptes 1-2-3, l'homme et la femme se retrouve face à face. La main G de la femme frappe la main D de l'homme**

1,2,3	1/4 TOUR G-RAMENE-POSE	1/4 tour à G et PG à G, ramener PD à côté de PG, PG sur place	1/4 TOUR D-RAMENE-POSE	1/4 tour à D et PD à D, ramener PG à côté de PD, PD sur place
-------	------------------------	---------------------------------------------------------------	------------------------	---------------------------------------------------------------

**Aux comptes 4-5-6, le couple reprend la position "open promenade"**

4,5,6	1/4 TOUR D-RAMENE-POSE	1/4 tour à D et PD à D, ramener PG à côté de PD, PD sur place	1/4 TOUR G-RAMENE-POSE	1/4 tour à G et PG à G, ramener PD à côté de PG, PG sur place
-------	------------------------	---------------------------------------------------------------	------------------------	---------------------------------------------------------------

**Aux comptes 7-8-9, l'homme passe sous le bras D de la femme, le couple se retrouve face à face en position "double hand hold"**

7,8,9	3/4 TOUR G-POSE	1/4 tour à G et PG devant, 1/2 tour à G et PD derrière, PG sur place	3/4 TOUR D-POSE	1/4 tour à D et PD devant, 1/2 tour à D et PG derrière, PD sur place
10,11,12	RECULE-RAMENE-POSE	PD derrière, ramener PG à côté de PD, PD sur place	RECULE-RAMENE-POSE	PG derrière, ramener PD à côté de PG, PG sur place

**25-36** → **CAVALIER : (BASIC STEPS FWD, BASIC STEPS BACK) x2 - CAVALIERE : BASIC STEPS FWD, BASIC STEPS BACK, BASIC STEPS 1/2 TURN, BASIC STEPS BACK**

1,2,3	MARCHE - RAMENE - POSE	PG devant, ramener PD à côté de PG, PG sur place	MARCHE-RAMENE-POSE	PD devant, amener PG à côté de PD, PD sur place
4,5,6	RECULE-RAMENE-POSE	PD derrière, ramener PG à côté de PD, PD sur place	RECULE-RAMENE-POSE	PG derrière, ramener PD à côté de PG, PG sur place

**Aux comptes 7-8-9, le couple ne se lâche pas les mains. La femme passe le bras D de l'homme et sous son bras G. "Elle s'enroule" Le couple se retrouve face à OLOD en position "left wrap"**

7,8,9	MARCHE - RAMENE - POSE	PG devant, ramener PD à côté de PG, PG sur place	1/2 TOUR D-RAMENE-POSE	1/2 à D et PD à D, ramener PG à côté de PD, PD sur place
10,11,12	RECULE-RAMENE-POSE	PD derrière, ramener PG à côté de PD, PD sur place	RECULE-RAMENE-POSE	PG derrière, ramener PD à côté de PG, PG sur place

**37-48**  **CAVALIER : BASIC STEPS FWD, STEPS 1/4 TURN, BASIC STEPS FWD, BASIC STEPS FWD - CAVALIERE : STEPS 1/2 TURN, STEPS 1/2 TURN, STEPS 3/4 TURN, BASIC STEPS BACK.**

**Aux comptes 1-2-3, la femme repasse le bras D de l'homme et sous son bras G. "Elle se déroule" . Le couple se retrouve face à face, l'homme est toujours face à OLOD et la femme face à ILOD**

1,2,3 MARCHÉ - RAMÈNE - POSE	PG devant, ramener PD à côté de PG, PG sur place	1/2 TOUR G-RAMÈNE-POSE	1/2 tour à G et PD à D, ramener PG à côté de PD, PD sur place
------------------------------	--------------------------------------------------	------------------------	---------------------------------------------------------------

**Aux comptes 4-5-6, lâcher les mains D pour l'homme et G pour la femme. La femme passe sous le bras G de l'homme. L'homme est face à la LOD et la femme face à OLOD**

4,5,6 1/4 TOUR G-RAMÈNE-POSE	1/4 tour à G et PD à D, ramener PG à côté de PD, PD sur	1/2 TOUR G-RAMÈNE-POSE	1/2 tour à G et PG devant, ramener PD à côté de PG, PG
------------------------------	---------------------------------------------------------	------------------------	--------------------------------------------------------

**Aux comptes 7-8-9, La femme continue de tourner sous le bras G de l'homme. L'homme est face à la LOD et la femme fini son 3/4 tour face à son partenaire ROLD**

7,8,9 MARCHÉ - RAMÈNE - POSE	PG devant, ramener PD à côté de PG, PG sur place	3/4 TOUR G-RAMÈNE-POSE	3/4 tour à G et PD derrière, ramener PG à côté de PD, PD
10,11,12 MARCHÉ - RAMÈNE - POSE	PD devant, ramener PG à côté de PD, PD sur place	RECULE-RAMÈNE-POSE	PG derrière, ramener PD à côté de PG, PG sur place

**Recommencez depuis le début... Amusez-vous... Souriez...**