



# BEST FRIEND WALTZ

Musique : «You're the best friend» de Mike Denver (100 bpm)

Chorégraphes : Mariette & Jean-Marc Villeneuve (2011)

Type : 48 comptes, danse partner

Niveau : Novice

Rythme : Valse

Démarrer la danse sur les paroles après 24 comptes d'intro  
 Position Closed Western : homme face à L.O.D. et femme face à R.L.O.D.  
 Les pas de l'homme et de la femme sont de type opposé sauf, si indiqué

## 1-6 H: CROSS BASIC FWD (X2), F: CROSS BASIC BACK (X2)

1-2-3 H : Croiser PG devant PD, PD à côté du PG, PG à côté du PD 12:00

F : Croiser PD derrière PD, PG à côté du PD, PD à côté du PG

4-5-6 H : Croiser PD devant PD, PG à côté du PD, PD à côté du PG

F : Croiser PG derrière PD, PD à côté du PG, PG à côté du PD

*Lâcher main D de l'homme et main G de la femme et elle passe sous le bras G de l'homme et sous son bras D*

## 7-12 H: STEP FWD F: STEP ½ TURN, STEP FWD

1-2-3 H : PG devant, PD à côté du PG, PG à côté du PD

F : PD devant, faire ½ tour à D, PG à côté du PD, PD à côté du PG 6:00

*Position Left Open Promenade, face à L.O.D.*

4-5-6 H : PD devant, PG à côté du PD, PD à côté du PG

F : PG devant, PD à côté du PG, PG à côté du PD

## 13-18 BASIC STEP ¼ TURN (X2)

1-2-3 H : PG, faire ¼ de tour à G, PD à côté du PG, PG à côté du PD 9:00

F : PD, faire ¼ de tour à D, PG à côté du PD, PD à côté du PG 9:00

*Homme face à I.L.O.D. et femme face à O.L.O.D.*

*La main D de l'homme frappe la main G de la femme*

4-5-6 H : PD, faire ¼ de tour à D, PG à côté du PD, PD à côté du PG 12:00

F : PG, faire ¼ de tour à G, PD à côté du PG, PG à côté du PD 6:00

*Reprendre la position Left Open Promenade, face à L.O.D.*

*L'homme passe sous son bras G et sous le bras D de la femme*

## 19-24 STEPS ¾ TURN, STEPS BACK

1-2-3 H : PG, faire ¾ de tour à G, PD à côté du PG, PG à côté du PD

F : PD, faire ¾ de tour à D, PG à côté du PD, PD à côté du PG

*Position Double Hand Hold, Homme face à O.L.O.D. et femme face à I.L.O.D.*

4-5-6 H : PD derrière, PG à côté du PD, PD à côté du PG

F : PG derrière, PD à côté du PG, PG à côté du PD

## 25-30 BASIC STEPS FWD, BASIC STEPS BACK

1-2-3 H : PG devant, PD à côté du PG, PG à côté du PD

F : PD devant, PG à côté du PD, PD à côté du PG

4-5-6 H : PD derrière, PG à côté du PD, PD à côté du PG

F : PG derrière, PD à côté du PG, PG à côté du PD

*Ne pas lâcher les mains, la femme passe sous le bras D de l'homme et sous son bras G*

**31-36 H : BASIC STEPS FWD, BASIC STEPS BACK F : BASIC STEPS ½ TURN, BASIC STEPS BACK**

1-2-3 H : PG devant, PD à côté du PG, PG à côté du PD

F : PD derrière, faire ½ tour à D, PG à côté du PD, PD à côté du PG

*Position Wrap, face à O.L.O.D. la femme à la gauche de l'homme*

4-5-6 H : PD derrière, PG à côté du PD, PD à côté du PG

F : PG derrière, PD à côté du PG, PG à côté du PD

**37-42 H: BASIC STEPS, STEP ¼ TURN F : SETPS ½ TURN (X2)**

*La femme repasse sous le bras D de l'homme et sous son bras G pour sortir de la position Wrap*

1-2-3 H : PG devant, PD à côté du PG, PG à côté du PD

F : PD derrière, faire ½ tour à G, PG à côté du PD, PD à côté du PG

*Lâcher la main D de l'homme et la main G de la femme*

*Homme face à L.O.D. et femme face à I.L.O.D.*

4-5-6 H : PD, faire ¼ de tour à G, PG à côté du PD, PD à côté du PG

F : PG devant, faire ½ de tour à G, PD à côté du PG, PG à côté du PD

*Homme face à L.O.D. et femme face à O.L.O.D.*

*La femme passe sous le bras G de l'homme et sous son bras D*

**43-48 H : BASIC STEPS FWD (X2) F : STEPS ¾ TURN, BASIC STEPS BACK**

1-2-3 H : PG devant, PD à côté du PG, PG à côté du PD

F : PD derrière, faire ¾ de tour à G, PG à côté du PD, PD à côté du PG

*Reprendre la position Closed Western, homme face à L.O.D. femme face à R.L.O.D.*

4-5-6 H : PD devant, PG à côté du PD, PD à côté du PG

F : PG derrière, PD à côté du PG, PG à côté du PD

**Recommencer..... et toujours avec le sourire**