

GLEE REHAB

Coreógrafo: Gemma Vitali, Octubre 2012

Descripción: 32 counts (todas las partes), 1 pared, line dance nivel Novice

Secuencia: AABBC / AABBC / ABBC AA

Música: "Rehab – (Glee Cast Version)" de Glee Cast.

Hoja de baile redactada por Gemma Vitali

Intro: Dejar sonar los cantos a capella, y comenzar a bailar tras 4 toques de palos de la batería.

DESCRIPCIÓN PASOS

Parte A

1-8: STEP SIDE & TOGETHER, STEP SIDE & TOUCH, RIGHT AND LEFT

- 1 Paso derecha pie derecho
- 2 Llevar el pie izquierdo junto al derecho, y dejar el peso en el izquierdo
- 3 Paso derecha pie derecho
- 4 Touch punta izquierda al lado del pie derecho
- 5 Paso izquierda pie izquierdo
- 6 Llevar el pie derecho junto al izquierdo, y dejar el peso en el derecho
- 7 Paso izquierda pie izquierdo
- 8 Touch punta derecha al lado del pie izquierdo

9-16: RIGHT SIDE POINT & RIGHT TOUCH x 4, TOGETHER

- 1 Point pie derecho a la derecha
- 2 Touch pie derecho al lado del izquierdo
- 3 Point pie derecho a la derecha
- 4 Touch pie derecho al lado del izquierdo
- 5 Point pie derecho a la derecha
- 6 Touch pie derecho al lado del izquierdo
- 7 Point pie derecho a la derecha
- 8 Llevar el pie derecho al lado del izquierdo, y dejar el peso en el derecho

17-24: STEP SIDE & TOGETHER, STEP SIDE & TOUCH, LEFT AND RIGHT

- 1 Paso izquierda pie izquierdo
- 2 Llevar el pie derecho junto al izquierdo, y dejar el peso en el derecho
- 3 Paso izquierda pie izquierdo
- 4 Touch punta derecha al lado del pie izquierdo
- 5 Paso derecha pie derecho
- 6 Llevar el pie izquierdo junto al derecho, y dejar el peso en el izquierdo
- 7 Paso derecha pie derecho
- 8 Touch punta izquierda al lado del pie derecho

25-32: RIGHT SIDE POINT & RIGHT TOUCH x 4, TOGETHER

- 1 Point pie izquierdo a la izquierda
- 2 Touch pie izquierdo al lado del derecho
- 3 Point pie izquierdo a la izquierda
- 4 Touch pie izquierdo al lado del derecho
- 5 Point pie izquierdo a la izquierda
- 6 Touch pie izquierdo al lado del derecho
- 7 Point pie izquierdo a la izquierda
- 8 Llevar el pie izquierdo al lado del derecho, y dejar el peso en el izquierdo

Parte B

1-8: ¼ RIGHT TURN, RIGHT AND LEFT MAMBO POINTS + ¼ RIGHT TURN

- 1 Point delante pie derecho (12.00)
- 2 Llevar el pie derecho al lado del izquierdo, y dejar el peso en el derecho (12.00)
- 3 Point delante pie izquierdo (12.00)
- 4 Llevar el pie izquierdo al lado del derecho, y juntar ambos pies girando ¼ (03.00), dejando el peso en el izquierdo
- 5 Point delante pie derecho (03.00)
- 6 Llevar el pie derecho al lado del izquierdo, y dejar el peso en el derecho (03.00)
- 7 Point delante pie izquierdo (03.00)
- 8 Llevar el pie izquierdo al lado del derecho, y juntar ambos pies girando ¼ (06.00), dejando el peso en el izquierdo

9-16: ¼ RIGHT TURN, RIGHT AND LEFT MAMBO POINTS

- 1 Point delante pie derecho (06.00)
- 2 Llevar el pie derecho al lado del izquierdo, y dejar el peso en el derecho (06.00)
- 3 Point delante pie izquierdo (06.00)
- 4 Llevar el pie izquierdo al lado del derecho, y juntar ambos pies girando ¼ (09.00), dejando el peso en el izquierdo
- 5 Point delante pie derecho (09.00)
- 6 Llevar el pie derecho al lado del izquierdo, y dejar el peso en el derecho (09.00)
- 7 Point delante pie izquierdo (09.00)
- 8 Llevar el pie izquierdo al lado del derecho, y dejar el peso en el izquierdo (09.00)

17-24: FORWARD ROCK & ½ TURN CHASSÉ, RIGHT AND LEFT

- 1 Rock derecha delante (09.00)
- 2 Devolver el peso al pie izquierdo
- 3 Girando ¼ paso derecha pie derecho (12.00)
- & Llevar el pie izquierdo al lado del derecho, dejando el peso en el izquierdo (12.00)
- 4 Paso derecha a la derecha girando 1/4 (03.00)
- 5 Rock izquierda delante (03.00)
- 6 Devolver el peso al pie derecho
- 7 Girando ¼ paso izquierda pie izquierdo (12.00)
- & Llevar el pie derecho al lado del izquierdo, dejando el peso en el derecho (12.00)
- 8 Paso izquierdo a la izquierda girando 1/4 (09.00)

25-32: FORWARD ROCK & ½ TURN CHASSÉ, RIGHT AND LEFT

- 1 Rock derecha delante (09.00)
- 2 Devolver el peso al pie izquierdo
- 3 Girando ¼ paso derecha pie derecho (12.00)
- & Llevar el pie izquierdo al lado del derecho, dejando el peso en el izquierdo (12.00)
- 4 Paso derecha a la derecha girando 1/4 (03.00)
- 5 Rock izquierda delante (03.00)
- 6 Devolver el peso al pie derecho
- 7 Girando ¼ paso izquierda pie izquierdo (12.00)
- & Llevar el pie derecho al lado del izquierdo, dejando el peso en el derecho (12.00)
- 8 Paso izquierdo a la izquierda dejando el peso en la izquierda (12.00)

Parte C**1-8: DIAGONALLY STOMP, RIGHT AND LEFT**

- 1 Paso pie derecho hacia delante, en diagonal derecha (01.30)
- 2 Hold
- 3 Hold
- 4 Hold
- 5 Paso pie izquierdo hacia delante, en diagonal izquierda (11.30)
- 6 Hold
- 7 Hold
- 8 Hold

* Para mayor diversión, en los holds podemos hacer rebote de talón 3 veces (subir el pie hasta dejar apoyado sólo el ball, y bajar el talón apoyando el peso, 3 veces)

9-16: DIAGONALLY STOMP, RIGHT AND LEFT

- 1 Paso pie derecho hacia delante, en diagonal derecha (01.30)
- 2 Hold
- 3 Hold
- 4 Hold
- 5 Paso pie izquierdo hacia delante, en diagonal izquierda (11.30)
- 6 Hold
- 7 Hold
- 8 Hold

* Para mayor diversión, en los holds podemos hacer rebote de talón 3 veces (subir el pie hasta dejar apoyado sólo el ball, y bajar el talón apoyando el peso)

17-24: RIGHT ROCKING CHAIR & ROCK RECOVER & COASTER STEP

- 1 Rock delante pie derecho
- 2 Devolver el peso al pie izquierdo
- 3 Rock detrás pie derecho
- 4 Devolver el peso al pie izquierdo
- 5 Rock delante pie derecho
- 6 Devolver el peso al pie izquierdo
- 7 Paso detrás con el pie derecho
- & Llevar el pie izquierdo detrás, al lado del derecho
- 8 Paso delante con el pie derecho

25-32: LEFT ROCKING CHAIR & ROCK RECOVER & COASTER STEP

- 1 Rock delante pie izquierdo
- 2 Devolver el peso al pie derecho
- 3 Rock detrás pie izquierdo
- 4 Devolver el peso al pie derecho
- 5 Rock delante pie izquierdo
- 6 Devolver el peso al pie derecho
- 7 Paso detrás con el pie izquierdo
- & Llevar el pie derecho detrás, al lado del izquierdo
- 8 Paso delante con el pie izquierdo

Nota final del coreógrafo:

Al final de la coreografía, en la segunda y última parte A, terminar el baile en el count 30 (omitir los dos últimos pasos/counts).