

Easy On Me

Chorégraphes : Gary O'Reilly (IRE) & Maggie Gallagher (UK) / Octobre 2021

Niveau : Intermédiaire / Avancé Comptes : 48 Murs : 2

Musique : [Easy On Me, de Adele](#) / introduction 16 comptes

Section 1 : WALK/SWEEP, FORWARD TOUCH BACK/SWEEP, BEHIND SIDE, CROSS ROCK & SPIRAL, RUN, RUN, RUN

- 1 Pas PD en avant, légèrement croisé devant PG, avec SWEEP du PG vers l'avant
2&3 Pas PG en avant - taper pointe D derrière PG - pas PD en arrière avec SWEEP PG vers l'arrière
4& Pas PG derrière PD - pas PD à D
5-6 ROCK PG croisé devant PD - revenir sur PD
&7 Pas PG à G - pas PD en avant (face à diagonale G, 10:30) & faire 1 tour complet à G (Spiral Turn) en terminant avec HOOK du PG devant D **10:30**
8&1 3 pas courus (PG - PD - PG) en 1/2 cercle vers la G **4:30**

Section 2 : HITCH, PRESS, BACK SIDE CROSS ROCK, ¼, STEP/ROCK, SLOW PIVOT ¼, CROSS ROCK

- &2 HITCH genou D devant G - presser PD devant PG, genou fléchis
3& Pas PG en arrière - pas PD à D **6:00**
4&5 ROCK PG croisé devant PD - revenir sur PD - 1/4 de tour G & pas PG en avant **3:00**
6-7 Pas PD en avant, légèrement sur les plantes de pieds avec SWAY à D - lent pivot 1/4 de tour G **12:00**
8& ROCK PD croisé devant PG - revenir sur PG

Section 3 : SIDE, BACK ROCK, SIDE TOUCH, SIDE TOGETHER FORWARD, STEP, PIVOT ½, STEP, ½, ½

- 1-2& Grand pas PD à D en glissant PG vers PD - ROCK PG derrière PD - revenir sur PD
3& Pas PG à G - TOUCH PD à côté du PG
4&5 Pas PD à D - pas PG à côté du PD (**Restart ici, 5^{ème} mur**) - pas PD en avant
6&7 Pas PG en avant - pivot 1/2 tour D - pas PG en avant **6:00**
8& 1/2 tour G & pas PD en arrière - 1/2 tour G & pas PG en avant **6:00**

Section 4 : ¼ SIDE, ROCK BACK SIDE, BEHIND SIDE CROSS, SWIVEL ½, SWIVEL ½ with SWEEP, BACK ROCK

- 1 1/4 de tour G & grand pas PD à D **3:00**
2&3 ROCK PG derrière PD - revenir sur PD - grand pas PG à G en glissant PD vers PG
4&5 Pas PD derrière PG - pas PG à G - pas PD devant PG
6-7 SWIVEL 1/2 G (appui PG) - SWIVEL 1/2 tour D avec SWEEP PD vers l'arrière **3:00**
8& ROCK PD derrière PG - revenir sur PG

Section 5 : R BASIC, ¼ L, STEP, PIVOT ¼, STEP, PRISSY WALK R-L, ROCKING CHAIR

- 1-2& Pas PD à D - ROCK PG derrière PD - revenir sur PD
3 1/4 de tour G & pas PG en avant **12:00**
4& Pas PD en avant - pivot 1/2 tour G (**Restart ici, 3^{ème} mur**) **6:00**
5-6 Pas PD en avant, légèrement croisé devant PG - pas PG en avant, légèrement croisé devant PD
7&8& ROCK PD en avant - revenir sur PG - ROCK PD en arrière - revenir sur PG (**Restart ici, 1^{er} mur**)

Section 6 : CROSS ROCK, & CROSS SIDE BEHIND SIDE, CROSS ROCK, & CROSS SIDE BEHIND SIDE

- 1-2& ROCK PD croisé devant PG - revenir sur PG - pas PD à D
3&4& Pas PG devant PD - pas PD à D - pas PG derrière PD - pas PD à D
5-6& ROCK PG devant PD - revenir sur PD - pas PG à G
7&8& Pas PD devant PG - pas PG à G - pas PD derrière PG - pas PG à G

Restart mur 1 après 40 comptes, face à 6:00

Restart mur 3 après 36 comptes, face à 6:00

Restart mur 5 après 20& comptes, face à 12:00

Fin : Danser jusqu'à la fin du 6^{ème} mur, puis croiser PD devant PG et dérouler (unwind) 1/2 tour G pour terminer face à 12:00

Easy On Me

Count: 48

Wall: 2

Level: Intermediate / Advanced

Choreographer: Gary O'Reilly (IRE) & Maggie Gallagher (UK) - October 2021

Music: Easy On Me - Adele



Music available from iTunes & Amazon

#16 count intro

Section 1: WALK/SWEEP, FORWARD TOUCH BACK/SWEEP, BEHIND SIDE, CROSS ROCK & SPIRAL, RUN, RUN, RUN

- 1 Walk forward on R slightly across L sweeping L from back to front (1)
2 & 3 Step forward on L (2), tap R toe behind L (&), step back on R sweeping L around from front to back (3)
4 & Cross L behind R (4), step R to R side (&)
5 6 Cross rock L over R (5), recover on R (6)
& 7 Step L to L side (&), walk forward on R (towards L diagonal 10:30) completing a spiral full turn over L hooking L in front of R (7) (10:30)
8 & 1 Run L-R-L (8-&-1) (completing a 1/2 semi-circle turning L) (4:30)

Section 2: HITCH, PRESS, BACK SIDE CROSS ROCK, ¼, STEP/ROCK, SLOW PIVOT ¼, CROSS ROCK

- & 2 Hitch R knee across L (&), cross/press R over L bending knees (2)
3 & Step back on L (3), step R to R side (&) (6:00)
4 & 5 Cross rock L over R (4), recover on R (&), ¼ turn L step forward on L (5) (3:00)
6 7 Step forward on R slightly on balls of feet swaying slightly out to R(6), Slow pivot ¼ L (7) (12:00)
8 & Cross rock R over L (8), recover on L (&)

Section 3: SIDE, BACK ROCK, SIDE TOUCH, SIDE TOGETHER FORWARD, STEP, PIVOT ½, STEP, ½, ½

- 1 2 & Long step R to R side dragging L to meet R (1), rock back L behind R (2), recover on R (&)
3 & Step L to L side (3), touch R next to L (&)
4 & 5 Step R to R side (4), step L next to R (&), step forward on R (5) ***Restart (Wall 5)
6 & 7 Step forward on L (6), pivot ½ turn R (&), step forward on L (7) (6:00)
8 & ½ turn L stepping back on R (8), ½ turn L stepping forward on L (&) (6:00)

Section 4: ¼ SIDE, ROCK BACK SIDE, BEHIND SIDE CROSS, SWIVEL ½, SWIVEL ½ with SWEEP, BACK ROCK

- 1 ¼ L stepping R long step to R (1) (3:00)
2 & 3 Rock back L behind R (2), recover on R (&), long step L to L side dragging R to meet L (3)
4 & 5 Cross R behind L (4), step L to L side (&), cross R over L (5)
6 7 Swivel ½ turn L (weight on L) (6), swivel ½ turn R while sweeping R around from front to back (7) (3:00)
8 & Rock back R behind L (8), recover on L (&)

Section 5: R BASIC, ¼ L, STEP, PIVOT ½, STEP, PRISSY WALK R-L, ROCKING CHAIR

- 1 2 & Step R to R side (1), rock L behind R (2), recover on R (&)
3 ¼ turn L stepping forward on L (3) (12:00)
4 & Step forward on R (4), pivot ½ L (&) (6:00) **Restart (Wall 3)
5 6 Walk forward on R slightly crossing over L (5), walk forward on L slightly crossing over R (6)
7&8& Rock forward on R (7), recover on L (&), rock back on R (8), recover on L (&) *Restart (Wall 1)

Section 6: CROSS ROCK, & CROSS SIDE BEHIND SIDE, CROSS ROCK, & CROSS SIDE BEHIND SIDE

- 1 2 & Cross rock R over L (1), recover on L (2), step R to R side (&)
3&4& Cross L over R (3), step R to R side (&), cross L behind R (4), step R to R side (&)
5 6 & Cross rock L over R (5), recover R (6), step L to L side (&)
7&8& Cross R over L (7), step L to L side (&), cross R behind L (8), step L to L side (&)

*Restart (Wall 1) - after 40 counts (facing 6:00)

**Restart (Wall 3) - after 36 counts (facing 6:00)

***Restart (Wall 5) - after 20& counts (facing 12:00)

ENDING: Dance to the end of Wall 6, adding a Cross R over L & unwind ½ turn L to end facing the front wall (12:00)

Contact: Gary O'Reilly - oreillygaryone@gmail.com - 00353857819808

<https://www.facebook.com/gary.reilly.104> - www.thelifeoreillydance.com

Maggie Gallagher - +44 7950291350

www.facebook.com/maggietchoreographer - www.maggietchoreographer.co.uk - Last Update - 15 Oct. 2021