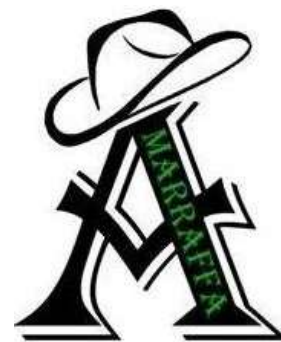


# **BETTER BY MYSELF**



Chorégraphe : Arnaud Marraffa (Novembre 2025)

Musique : Better By Myself – Jamie Miller (CD : Long Way Home 2024)

Niveau : Intermédiaire facile

Description : Ligne, 32 comptes, 2 murs, 2 restarts, 1 tag

Démarrer la danse après 2 comptes, dès le début des paroles

## **1-8 OUT SNAP, OUT SNAP, COASTER STEP, OUT SNAP, OUY SNAP, COASTER STEP**

- 1& Poser PD diagonale avant D avec PdC, claquer des doigts au dessus des épaules
- 2& Poser PG diagonale avant G avec PdC, claquer des doigts au dessus des épaules
- 3&4 Reculer PD, rassembler PG coté PD, poser PD devant avec PdC
- 5& Poser PG diagonale avant G avec PdC, claquer des doigts au dessus des épaules
- 6& Poser PD diagonale avant D avec PdC, claquer des doigts au dessus des épaules
- 7&8 Reculer PG, rassembler PD coté PG, poser PG devant avec PdC

## **9-16 RUN x3 FWD, ROCK MAMBO FWD, RUN x3 BACK, COASTER STEP**

- 1&2 Faire 3 petits pas vers l'avant PD, PG, PD
- 3&4 Poser PG devant en basculant PdC, revenir sur PD, poser PG derrière avec PdC
- 5&6 Faire 3 petits pas en arrière PD, PG, PD
- 7&8 Reculer PG, rassembler PD coté PG, poser PG devant avec PdC

12:00

*Restart ici au 2ème mur (6:00) et 5ème mur (6:00)*

## **17-24 CROSS, SIDE, STEP BACK 1/8, BACK, STEP SIDE 1/8, CROSS, RUMBA BOX BACK**

- 1&2 Croiser PD devant PG, PG à G, pivoter 1/8 tour à D et poser PD derrière
- 3&4 PG derrière PD, pivoter 1/8 tour à D et poser PD à D, croiser PG devant PD
- 5&6 Poser PD à D, rassembler PG coté PD avec PdC, poser PD derrière
- 7&8 Poser PG à G, rassembler PD coté PG avec PdC, poser PG devant

1:30

3:00

## **25-32 ROCK STEP, COASTER STEP, GALLOP 3/4 TURN**

- 1-2 Poser PD devant en basculant PdC, revenir sur PG
- 3&4 Reculer PD, rassembler PG coté PD, poser PG devant avec PdC
- 5 à 8 Enchaînement de pas chassé PG en 3/4 tour vers la G – PG, PD, PG, PD, PG, PD, PG devant avec PdC

**Restart après le 3ème mur à 12:00**

## **1-4 V STEP + CLAP**

- 1& Poser PD diagonale avant D avec PdC, taper des mains en haut à D
- 2& Poser PG diagonale avant G avec PdC, taper des mains en haut à G
- 3& Poser PD diagonale arrière D avec PdC, taper des mains en bas à D
- 4& Poser PG diagonale arrière G avec PdC, taper des mains en bas à G

**Légende** : PD = pied droit / PG = pied gauche / D = droite / G = gauche / PdC = poids du corps  
Chorégraphie originale (rédigée par le chorégraphe) qui seule fait foi.  
Restez vous-même, dansez en toute simplicité ... ☺ ☺ ☺