



# Best Friend Waltz

COUPLE Débutant Intermédiaire

48 temps – Cercle

Source "Malette & Jean-Marc Villeneuve"

Traduit et mis en page par  
Marie-Laure GESLIN

Chorégraphie : Mariette & Jean-Marc Villeneuve (Canada)

Musiques conseillées :

You're the Best Friend – CD – Mike Denver – Départ 24 temps

Valse – 52 bpm

Départ Close Position, cavalier face ligne de danse.

## FEMME

### 1. CROSS BASIC BACK X 2

- 1 | PD croisé derrière PG
- 2 | PG à côté PD
- 3 | PD diagonale arrière D
- 4 | PG croisé derrière PD
- 5 | PD à côté PG
- 6 | PG diagonale arrière G

### 2. STEP ½ TURN / STEPS FORWARD

*Lâcher la main D. La cavalière passe sous le bras G en faisant ½ tour*

- 1 | PD devant
- 2 | ½ tour à D et PG à côté PD
- 3 | PD à côté PG

- 4 | PG devant
- 5 | PD devant
- 6 | PG devant

### 3. BASIC STEPS ¼ TURN X 2

- 1 | ¼ tour à D et PD devant
- 2 | PG à côté PD
- 3 | PD à côté PG

*On se retrouve face à face et la main D du cavalier frappe dans la main G de la cavalière*

- 4 | ¼ tour à G et PG devant
- 5 | PD devant
- 6 | PG devant

### 4. STEPS ¾ TURN / STEPS BACK

*Le cavalier lève le bras G et la cavalière passe dessous en faisant ¾ tour*

- 1 | ¼ tour à D et PD devant
- 2 | ¼ tour à D et PG à côté PD
- 3 | ¼ tour à D et PD derrière

*On se retrouve face à face (cavalier dos au centre de la piste) et on se prend les 2 mains*

- 4 | PG derrière
- 5 | PD à côté PG
- 6 | PG à côté PD

## HOMME

### 1. CROSS BASIC FORWARD X 2

- 1 | PG croisé devant PD
- 2 | PD à côté PG
- 3 | PG diagonale avant G
- 4 | PD croisé devant PG
- 5 | PG à côté PD
- 6 | PD diagonale avant D

### 2. STEPS FORWARD X 2

- 1 | PG devant
- 2 | PD à côté PG
- 3 | PG à côté PD

- 4 | PD devant
- 5 | PG devant
- 6 | PD devant

### 3. BASIC STEPS ¼ TURN X 2

- 1 | ¼ tour à G et PG devant
- 2 | PD à côté PG
- 3 | PG à côté PD

- 4 | ¼ tour à D et PD devant
- 5 | PG devant
- 6 | PD devant

### 4. STEPS ¾ TURN / STEPS BACK

- 1 | ¼ tour à G et PG devant
- 2 | ¼ tour à G et PD à côté PG
- 3 | ¼ tour à G et PG derrière

- 4 | PD derrière
- 5 | PG à côté PD
- 6 | PD à côté PG

**5. BASIC STEPS FORWARD & BACK**

- 1 | **PD** devant
- 2 | **PG** à côté PD
- 3 | **PD** à côté PG
- 4 | **PG** derrière
- 5 | **PD** à côté PG
- 6 | **PG** à côté PD

**6. BASIC ½ TURN / BASIC STEPS BACK**

*Sans lâcher les mains le cavalier lève le bras D et enveloppe la cavalière sur sa G. On se retrouve dos au centre de la piste*

- 1 | ¼ **tour à D** et PD devant
- 2 | ¼ **tour à D** et PG derrière
- 3 | **PD** à côté PG
- 4 | **PG** derrière
- 5 | **PD** à côté PG
- 6 | **PG** à côté PD

**7. STEP ½ TURN X 2**

*Sans lâcher les mains le cavalier lève le bras D et « déroule » la cavalière. On se retrouve dans la position initiale*

- 1 | ¼ **tour à G** et PD à D
- 2 | ¼ **tour à G** et PG derrière
- 3 | **PD** à côté PG

*Le cavalier lâche la main D pour faire tourner la cavalière sous son bras G et fait ¼ de tour pour se retrouver face ligne de danse*

- 4 | ¼ **tour à G** et PG à G
- 5 | ¼ **tour à G** et PD à côté PG
- 6 | **PG** à côté PD

**8. STEP ¾ TURN / BASICK STEP BACK**

*Le cavalier continue à faire tourner la cavalière sur la G, puis reprend la « Close Position »*

- 1 | ½ **tour à G** et PD à D
- 2 | ¼ **tour à G** et PG derrière
- 3 | **PD** derrière
- 4 | **PG** derrière
- 5 | **PD** derrière
- 6 | **PG** derrière

**5. BASIC STEPS FORWARD & BACK**

- 1 | **PG** devant
- 2 | **PD** à côté PG
- 3 | **PG** à côté PD
- 4 | **PD** derrière
- 5 | **PG** à côté PD
- 6 | **PD** à côté PG

**6. BASIC STEPS FORWARD & BACK**

- 1 | **PG** devant
- 2 | **PD** à côté PG
- 3 | **PG** à côté PD
- 4 | **PD** derrière
- 5 | **PG** à côté PD
- 6 | **PD** à côté PG

**7. BASIC STEPS FORWARD / STEP ¼ TURN**

- 1 | **PG** devant
- 2 | **PD** à côté PG
- 3 | **PG** à côté PD

- 4 | **PD** devant
- 5 | ¼ **tour à G** et PG à G
- 6 | **PD** à côté PG

**8. BASIC STEPS FORWARD X 2**

- 1 | **PG** devant
- 2 | **PD** devant
- 3 | **PG** devant
- 4 | **PD** devant
- 5 | **PG** devant
- 6 | **PD** devant