



# Fria



FORMATION	En Ligne
CYCLE	2 Murs
EXECUTION	64 Comptes
NIVEAU	Novice
CHOREGRAPHE	Rob Fowler (ES) - February 2024
GENRE / BPM	/
MUSIQUES	" Fria" - Enrique Iglesias & Yotuel
Source	

Intro: 16 Comptes (approx. 8s)

## Section 1 : R Cross Samba, L Cross Samba, Rock Fwd, Recover, Shuffle ½ Turn R

1&2	Croiser PD devant PG, PG à gauche, revenir sur PD	
3&4	Croiser PG devant PD, PD à droite, revenir sur PG	
5-6	PD devant, revenir sur PG	
7&8	Chassé ½ tour chasse à droite	06h00

## Section 2 : L Cross Samba, R Cross Samba, Rock Fwd, Recover, Chasse ¼ Turn L

1&2	Croiser PG devant PD, PD à droite, revenir sur PG	
3&4	Croiser PD devant PG, PG à revenir sur PD	
7&8	Chassé ¼ de tour à gauche	03h00

## Section 3 : Diamond ¾ Turn R

1&2	Croiser PD devant PG, PG à gauche, 1/8 de tour à droite, PD derrière	04h30
3&4	PG derrière, ¼ de tour à droite, PD à droite, PG devant	07h30
5&6	PD devant, ¼ de tour à droite, PD derrière	10h30
7&8	PG derrière, 1/8 de tour à droite, PD à droite, croiser PG devant PD	12h00

## Section 4 : Side R, Together L, R Chasse, Cross Rock, Recover, L Chasse

1-2	PD à droite, PG à côté du PD	
3&4	PD à droite, PG à côté du PD, PD à droite	
5-6	Croiser PG devant PD, revenir sur PD	
7&8	PG à gauche, PD à côté du PG, PG à gauche	12h00

## Section 5 : Syncopated Cross Rocks, Side R, Cross L, Full Unwind R, R Chasse

1&2&	Croiser PD devant PG, revenir sur PG, PD à droite, revenir sur PG	
3&4	Croiser PD devant PG, revenir sur PG, PD à droite	
5-6	Croiser PG devant PD, tour complet à droite (appui PG)	
7&8	PD à droite, PG à côté du PD, PD à droite	12h00

## Section 6 : Syncopated Cross Rocks, Step L ¼ L, Step R, ½ Turn L, L Coaster

1&2&	Croiser PG devant PD, revenir sur PD, PG à gauche, revenir sur PD	
3&4	Croiser PG devant PD, revenir sur PD, ¼ de tour à gauche (PG devant)	09h00
5-6	PD devant, ½ tour à gauche (appui PD derrière)	
7&8	PG derrière, PD à côté du PG, PG devant	03h00

**Fos Country**

Association loi 1901. Siège social : Jas de Gouin - BP 40039 - 13270 Fos sur mer

Tel. 07 78 63 55 70 Mail : [fos.country@sfr.fr](mailto:fos.country@sfr.fr)

(Cette fiche de danse a été préparé par et pour Fos Country. Se reporter impérativement à la feuille de danse du chorégraphe)



# Fria



## Suite

### Section 7 : Step R, Pivot ½ L, Step R, Pivot ½ L, Cross Rock, Recover With Sweep, R Sailor

1-2-3-4	PD devant, ½ tour à gauche (appui PG), PD devant, ½ tour à gauche (appui PG) <i>Option : Rocking Chair</i>	
5-6	Croiser PD devant PG, revenir sur PG avec sweep arrière PD	
7&8	Croiser PD derrière PG, PG à gauche, PD à droite	03h00

### Section 8 : Cross Rock, Recover, Chasse ¼ L, Step R, Pivot ½ L, Full Turn L

1-2	Croiser PD devant PD, revenir sur PD	
3&4	PG à gauche, PD à côté du PG, ¼ de tour à gauche (PG devant)	12h00
5-6	PD devant, ½ tour à gauche (appui PG)	
7-8	½ tour à gauche (appui PD), ½ tour à gauche (appui PG devant) <i>option Marche PD, Marche PG</i>	06h00

Recommencer en gardant votre sourire

**Fos Country**

Association loi 1901. Siège social : Jas de Gouin - BP 40039 - 13270 Fos sur mer

Tel . 07 78 63 55 70 Mail : [fos.country@sfr.fr](mailto:fos.country@sfr.fr)

(Cette fiche de danse a été préparé par et pour Fos Country. Se reporter impérativement à la feuille de danse du chorégraphe)