

# The Breakdown (fr)

Compte: 48

Mur: 4

Niveau: Intermédiaire



Chorégraphe: Régine Bayard (FR) - Février 2026

Musique: The Breakdown - Vincent Mason

Départ : 16 comptes sur les paroles

## DEROULEMENT

1er mur 48, tag1, 2ème mur 32 restart, 3ème mur 48, tag1, 4ème mur 48, 5ème mur 32, tag2, bridge , 6ème mur 48, tag1, 7ème mur 48, 8ème mur 8, final

### SECTION 1: STEP LOCK STEP RIGHT AND LEFT, MAMBO FWD, BACK LOCK BACK

1&2 Avancer PD, lock PG derrière PD, avancer PD  
3&4 Avancer PG, lock PD derrière PG, avancer PG  
5&6 Poser PD devant, revenir appui PG, reculer PD  
7&8 Reculer PG, lock PD devant PG, reculer PG

### SECTION 2: COASTER STEP, STEP ¾ T, BEHIND, SIDE, TRIPLE CROSS

1&2 Reculer PD, ramener PG à côté PD, avancer PG  
3&4 Poser PG devant, faire ¾ de tour à droite, poser PG à gauche 9H  
5-6 Croiser PD derrière PG, poser PG à gauche  
7&8 Croiser PD devant PG, PG à gauche, croiser PD devant PG

### SECTION 3: SIDE ROCK, BEHIND SIDE CROSS, RUMBA BOX

1-2 Poser PG à gauche, reprendre appui PD  
3&4 Croiser PG derrière PD, poser PD à droite, croiser PG devant PD  
5&6 Poser PD à droite, ramener PG à côté PD, avancer PD  
7&8 Poser PG à gauche, ramener PD à côté PG, reculer PG

### SECTION 4: BACK ROCK, TRIPLE 1/2T, BACK ROCK, FULL TURN, STEP

1-2 Poser PD derrière, reprendre appui PG  
3&4 Pas chassés ½ tour à gauche DGD 3H  
5-6 Poser PG derrière, reprendre appui PD  
7&8 Faire un 1/2 à droite avec PG derrière, faire un 1/2 à droite avec PD devant, avancer PG 3H

### RESTART ICI MUR 2 ET TAG 2 + BRIDGE MUR 5

### SECTION 5: 1/8T WALK, 1/8T WALK, 1/4 TRIPLE STEP, 1/8T WALK, 1/8T WALK, 1/4T TRIPLE STEP

1-2 Avancer PD en faisant 1/8 de tour vers la droite, avancer PG en faisant 1/8 de tour vers la droite  
3&4 Pas chassés DGD en tournant ¼ de tour à droite  
5-6 Avancer PG en faisant 1/8 de tour vers la droite, avancer PD en faisant 1/8 de tour vers la droite  
7&8 Pas chassés GDG en tournant ¼ de tour à droite 3H

### SECTION 6: JAZZ BOX, MAMBO, COASTER STEP

1-2-3-4 Croiser PD devant PG, reculer PG, PD à droite, PG devant  
5&6 Poser PD devant, revenir appui PG, reculer PD  
7&8 Reculer PG, ramener PD à côté PG, avancer PG 3H

### RESTARTS

Au 2ème mur (commence à 3H, restart à 6H) après 32 comptes, reprendre la danse au début

### TAG 1

Aux murs 1, 3 et 6 rajouter 1-2-3-4 rocking chair

## **TAG 2**

**Au 5 ème mur (commence à 12H) après 32 comptes (à 3H la musique s'arrête) faire un jazz box**

## **BRIDGE 24 comptes**

**Au 5 ème mur apres le TAG 2**

### **SECTION 1: DIAMOND WITH 7/8 TURN**

- 1 & 2 Croiser PD devant PG, poser PG à gauche, 1/8 de tour à droite en posant PD derrière
- 3 & 4 Poser PG derrière, 1/8 de tour à droite en posant PD à droite, 1/8 de tour à droite en posant PG diagonale droite
- 5 & 6 Poser PD devant, 1/8 de tour à droite en posant PG à gauche, 1/8 de tour à droite en posant PD derrière
- 7 & 8 Poser PG derrière, 1/8 de tour à droite en posant PD à droite, 1/8 de tour à droite en posant PG diagonale droite

### **SECTION 2: MAMBO CROSS RIGHT AND LEFT, STEP 1/2T STEP, STEP 1/2T STEP**

- 1 & 2 Croiser PD devant PG, reprendre appui PD, poser PD à droite
- 3 & 4 Croiser PG devant PD, reprendre appui PG, poser PG à droite
- 5 & 6 Poser PD devant, faire ½ tour à gauche, poser PD devant
- 7 & 8 Poser PG devant, faire ½ tour à droite, poser PG devant

### **SECTION 3: ROCKIN CHAIR, JAZZ BOX**

- 1-2-3-4 Poser PD devant, revenir appui PG, poser PD derrière, revenir appui PG
- 5-6-7-8 Croiser PD devant PG, reculer PG, PD à droite, PG devant

## **FINAL AU MUR 8 commence à 9H**

**Faire les 8 premiers comptes puis :**

- 1&2 Coaster step: PD derrière, ramener PG à côté PD, avancer PG
- 3&4 Step PG devant et ¼ de tour à droite et cross PG devant PD
- 5-6& Side PD à droite, cross PG derrière PD, poser PD à droite
- 7&8 Triple cross PG devant PD

**CONTACT E-MAIL : [dansecountry45@yahoo.com](mailto:dansecountry45@yahoo.com)**

**PAGE YOU TUBE: WEST FOREST COUNTRY 45**

**Last Update: 1 May 2026**

---