

Goolgle Translate, Chat GPT and Microsoft 365 Copilot Trần Thái Lợi

21/6/2026

Goolgle Translate

Google Dịch (Google Translate) là một dịch vụ dịch thuật đa ngôn ngữ miễn phí, được hỗ trợ bởi trí tuệ nhân tạo (AI), có khả năng dịch văn bản, giọng nói, trang web và hình ảnh giữa hơn 200 ngôn ngữ. Dịch vụ này có thể sử dụng trên nền tảng web cũng như ứng dụng di động, giúp hỗ trợ hiệu quả cho việc du lịch, giao tiếp và học ngoại ngữ.

Trên điện thoại di động (on Mobile phone)

Google Dịch (Google Translate) trên điện thoại di động là một ứng dụng mạnh mẽ, hỗ trợ giao tiếp tức thời với nhiều tính năng như dịch văn bản, giọng nói, hình ảnh qua camera (chỉ cần hướng camera vào nội dung cần dịch), chữ viết tay và dịch hội thoại song ngữ. Có thể xem **Google Dịch như một thông dịch viên cá nhân luôn có sẵn trong túi của bạn**.

Các tính năng chính trên điện thoại

Dịch văn bản: Nhập hoặc dán (Type or paste) văn bản để dịch giữa hơn 100 ngôn ngữ.

Dịch bằng giọng nói và hội thoại (Conversation): Nói trực tiếp để dịch hoặc thực hiện các cuộc trò chuyện song ngữ theo thời gian thực (real-time).

Dịch bằng camera: Dịch ngay lập tức các biển báo, thực đơn, tài liệu... chỉ bằng cách hướng camera vào nội dung cần dịch (Instant Camera Translation) hoặc nhập ảnh có sẵn trong máy.

Dịch chữ viết tay: Viết tay các ký tự hoặc từ ngữ để được dịch.

Phiên âm và dịch trực tiếp (Transcribe): Hiển thị bản dịch gần như theo thời gian thực đối với lời nói liên tục.

Cách bắt đầu sử dụng Google Dịch (Android/iOS)

Tải ứng dụng: Tải **Google Dịch (Google Translate)** từ **Google Play Store** (đối với Android) hoặc **Apple App Store** (đối với iPhone/iPad).

Thiết lập ban đầu: Mở ứng dụng, chọn **ngôn ngữ chính** của bạn và **ngôn ngữ thường xuyên cần dịch**.

Tải ngôn ngữ để sử dụng ngoại tuyến (offline): Nhấn vào **biểu tượng hồ sơ (profile icon)** (hoặc **Cài đặt (settings)**), chọn **"Ngôn ngữ đã tải xuống" (Downloaded languages)**, rồi tải các ngôn ngữ bạn muốn sử dụng khi không có kết nối Internet (mặc định (by default) cần kết nối Wi-Fi để tải).

Bắt đầu sử dụng:

Nhấn **biểu tượng microphone** để dịch bằng giọng nói.

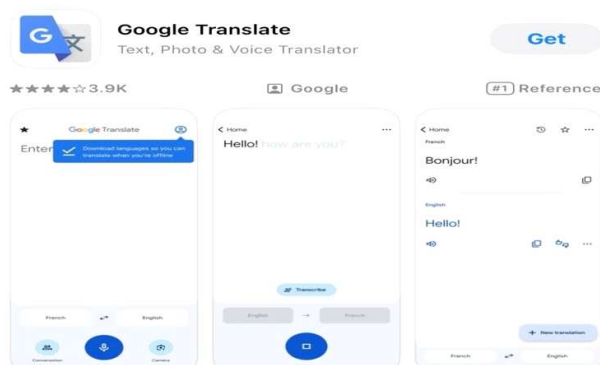
Nhấn **biểu tượng máy ảnh** để dịch văn bản trong hình ảnh hoặc qua camera.

Nhấn vào **ô nhập văn bản** để gõ hoặc dán nội dung cần dịch.

Trên iPhone (Apple)

App Store: **Google Translate<>**

Google Translate **GET<>**



How to Get Started (Android/iOS)

Download: Get the app from the [Google Play Store \(Android\)](#) or [Apple App Store \(iOS\)](#).

Set Up: Open the app and select your primary language and the language you'll translate to.



Download & use Google Translate – Android



[Google Help https://support.google.com](https://support.google.com) › [answer](#)

(Anh Hà sẽ hướng dẫn cho người sử dụng điện thoại Android)

On Mobile: Google Translate: Enter text: Sao lang thang mãi trên bờ cát chiều,

Thiếu bước chân em, trống vắng cô liêu!

=>Why do I wander endlessly on the sandy shore in the evening?

Without your footsteps, it feels empty and lonely!

Apple Laptop/Computers: Cài đặt Google Translate cho máy tính xách tay Macintosh **Install google translate for Mac laptop <>**.

Cách cài đặt Google Dịch trên máy Mac

Để sử dụng Google Dịch (Google Translate) trên máy tính Mac, bạn có thể tạo một **ứng dụng web riêng** bằng **Google Chrome**:

Truy cập translate.google.com <>

<https://translate.google.com/> <> **Google Translate**

LT's Laptop: Google English to Vietnamese translation

Dịch vụ của **Google**, được cung cấp miễn phí, dịch nhanh các từ, cụm từ và trang web giữa tiếng Anh và hơn 100 ngôn ngữ khác.

Google Dịch<>

Phát hiện ngôn ngữ **Anh** Việt Pháp

-> <-

Anh **Việt** Pháp

Dịch Anh <--> Việt

(A Hà sẽ hướng dẫn cho những người sử dụng máy laptop không phải Apple (macOS))

Information Session

Find the help you need with My Aged Care & BASSCARE

Join us for a FREE information session where we can help you understand what types of services are available.

My aged care is your starting point to access government - funded aged care services.

Wherever you are on your aged care journey,

My Aged Care and BASSCARE can help get you started.

Tuesday 7th July – 12pm till 12.30pm

Ashburton Seniors Centre

To ensure the information session is accessible to all attendees, TIS - Translator Interpreter Services will be provided on-site.

Buổi Giới Thiệu Thông tin

Tìm sự hỗ trợ bạn cần với My Aged Care và BASSCARE

Kính mời quý vị tham dự buổi thông tin MIỄN PHÍ, hôm đó chúng tôi sẽ giúp quý vị hiểu rõ các loại dịch vụ hiện đang được cung cấp. My Aged Care là điểm khởi đầu để quý vị tiếp cận các dịch vụ chăm sóc người cao niên được Chính phủ tài trợ.

Dù quý vị đang ở giai đoạn nào trên hành trình chăm sóc tuổi già,

My Aged Care và BASSCARE đều có thể hỗ trợ quý vị bắt đầu.

Thời gian: Thứ Ba, ngày 7 tháng 7 – từ 12:00 trưa đến 12:30 trưa

Địa điểm: Ashburton Seniors Centre

Để bảo đảm mọi người tham dự đều có thể tiếp cận thông tin, dịch vụ TIS (Translator Interpreter Services) – Thông dịch viên tại chỗ sẽ được cung cấp trong suốt buổi sinh hoạt.

2. ChatGPT:

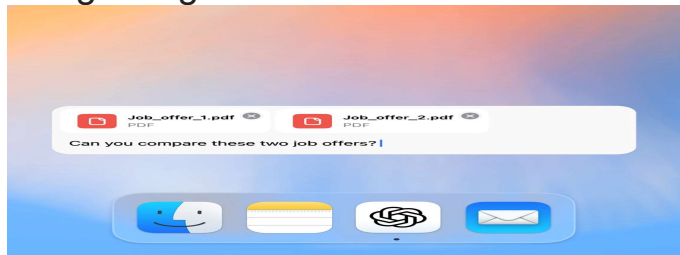
2.1 ChatGPT Trên iPhone (Apple)

Vào App Store, Tìm search ChatGPT để tải xuống download.

Download ChatGPT for mobile

2.2 ChatGPT Trên máy Mac laptop (Apple)

Dùng Google search: ChatGPT



Download ChatGPT for desktop <>

ChatGPT có thể làm gì?

ChatGPT là một trợ lý AI có thể hỗ trợ nhiều công việc trong học tập, công việc, sáng tạo và đời sống hằng ngày. Dưới đây là một số khả năng nổi bật:

Soạn thảo và chỉnh sửa văn bản

- Viết email, thư mời, thông báo, báo cáo.
- Chỉnh sửa chính tả, ngữ pháp và văn phong.
- Viết bài phát biểu, diễn văn, bài giới thiệu.
- Soạn thơ, truyện ngắn, lời bài hát, kịch bản.

Dịch thuật

- Dịch giữa tiếng Việt và nhiều ngôn ngữ khác như tiếng Anh, Pháp, Hoa, Nhật, Hàn...
- Giữ đúng ngữ cảnh và văn phong.
- Hỗ trợ dịch tài liệu, email, hợp đồng, bài báo.

Học tập và nghiên cứu

- Giải thích các khái niệm khó một cách dễ hiểu.
- Hỗ trợ làm bài tập Toán, Lý, Hóa, Sinh, Tin học...
- Tóm tắt sách, bài báo, tài liệu.
- Trả lời câu hỏi về lịch sử, địa lý, khoa học, văn hóa...

Công việc

- Soạn hợp đồng, biên bản họp, kế hoạch.
- Hỗ trợ viết CV và thư xin việc.
- Chuẩn bị nội dung thuyết trình.
- Phân tích dữ liệu và lập bảng.

Lập trình

- Viết và giải thích mã nguồn.
- Sửa lỗi chương trình.
- Hỗ trợ nhiều ngôn ngữ như Python, JavaScript, C++, Java, SQL...
- Giải thích thuật toán và cấu trúc dữ liệu.

Sáng tác

- Viết thơ theo nhiều thể loại.
- Phổ lời ca, gợi ý hợp âm và cấu trúc bài hát.
- Viết truyện, tiểu thuyết, kịch bản phim.
- Sáng tạo slogan, quảng cáo.

Hình ảnh

- Tạo hình ảnh từ mô tả.
- Chỉnh sửa ảnh (thay nền, xóa vật thể, đổi phong cách).
- Thiết kế poster, thiệp mời, logo đơn giản.
- Minh họa ý tưởng.

Phân tích dữ liệu

Đọc và phân tích Excel, CSV.

Tạo biểu đồ.

Tóm tắt số liệu và đưa ra nhận xét.

Hỗ trợ thống kê cơ bản.

🔍 Tìm kiếm thông tin

Tìm thông tin mới trên Internet khi cần.

So sánh sản phẩm, dịch vụ.

Gợi ý nhà hàng, khách sạn, địa điểm du lịch.

Cập nhật tin tức và sự kiện.

🔧 Hỗ trợ đời sống

Lên kế hoạch du lịch.

Gợi ý thực đơn và công thức nấu ăn.

Lập kế hoạch tập luyện và học tập.

Hỗ trợ quản lý thời gian.

2.1. Dịch Việt <---> Anh

Ask anything: Translate to English:

Thay mặt Ban Điều Hành (BDH) Hội Cao Niên Văn Hóa Việt – VSCA, chúng tôi xin chân thành cảm ơn AVWA đã luôn đồng hành và hỗ trợ tài chính cho hội trong suốt thời gian qua. Sự hiện diện và đóng góp của AVWA tại các sinh hoạt cộng đồng như Tết Nguyên Đán, Tết Trung Thu và Giáng Sinh đã mang lại nhiều ý nghĩa cho hội viên và giúp gìn giữ nét đẹp văn hóa Việt trong cộng đồng.

=>On behalf of the Executive Committee of the Vietnamese Senior Cultural Association (VSCA), we sincerely thank AVWA for its continued partnership and financial support over the years. AVWA's presence and contributions to community activities such as Lunar New Year (Tết), Mid-Autumn Festival, and Christmas have been deeply meaningful to our members and have helped preserve and promote the beauty of Vietnamese culture within the community.

2.2 Chỉnh sửa từ ngữ, văn phong và hoàn chỉnh

Correct: Invitation to the VSCA 2026 Lunar New Year (Vietnamese Tết) Celebration

Cụm này **đã đúng và rất chuẩn** rồi ✓

Câu “**ĐÓNG GÓP DÂNG HIẾN CỦA GIÁO XỨ THÁNH GIUSE**”

🔗 dịch từ “**ST JOSEPH’S SACRIFICIAL GIVING**” là **đúng ý**, và **tự nhiên, lịch sự** trong bối cảnh giáo xứ.

Tuy nhiên, để nói rõ và sát nghĩa hơn một chút, mình xin phân tích ngắn gọn:

Sacrificial Giving = sự dâng hiến mang tính hy sinh, quảng đại

Đóng góp dâng hiến diễn đạt được cả ý **đóng góp lẫn tinh thần hy sinh**

Vì vậy:

✓ “**Đóng góp dâng hiến của Giáo xứ Thánh Giuse**” → **đúng, hay, nhẹ nhàng**

🔗 Phù hợp dùng trong **bản tin giáo xứ, thông báo phụng vụ**

Prayer for International Women's Day (8th March) By: Education for Justice

Today, we honour the women of all times and all places:

Women of courage. Women of hope. Women suffering. Women mourning. Women living fully. Women experiencing joy.

Women delighting in life.

correct Lời cầu nguyện cho Ngày Quốc tế Phụ nữ (8/3)

Câu của bạn gần đúng rồi, chỉ cần chỉnh lại cách viết cho tự nhiên và đúng quy tắc tiêu đề tiếng Việt:

Đề nghị viết

Lời Cầu Nguyện cho Ngày Quốc Tế Phụ Nữ (8/3)

Hoặc nếu viết trang trọng hơn trong văn bản/phụng vụ:

Lời Cầu Nguyện cho Ngày Quốc Tế Phụ Nữ (8 tháng 3)

✓ Lý do chỉnh:

Trong tiêu đề tiếng Việt, các từ chính viết hoa, còn “cho” thường để chữ thường.

“8 tháng 3” thường dùng trong văn bản trang trọng; “8/3” dùng gọn trong poster hoặc thông báo.

...Hôm nay, chúng ta tôn vinh phụ nữ của mọi thời đại và mọi nơi:

Những người phụ nữ can đảm.

Những người phụ nữ của niềm hy vọng.

Những người phụ nữ đang đau khổ.

Những người phụ nữ đang thương tiếc.

Những người phụ nữ sống trọn vẹn.

Những người phụ nữ tràn đầy niềm vui.

Những người phụ nữ yêu mến cuộc sống.

2.3 Y khoa - Sức khỏe: How to reduce high LDL (“bad”) cholesterol

Here’s a clear, practical guide to **lowering high LDL (“bad”) cholesterol** ♥

Eat to lower LDL

Reduce / avoid

Saturated fat: fatty red meat, sausages, butter, cream, full-fat dairy

Trans fat: fried foods, pastries, packaged snacks

Sugary foods & refined carbs (white bread, sweets)

Eat more

Soluble fiber (very effective): oats, barley, beans, lentils, apples, pears

Healthy fats: olive oil, avocado, nuts, seeds

Omega-3 fats: salmon, sardines, mackerel, chia seeds, flaxseed

Plenty of **vegetables & fruits**

 Aim for **25–30 g fiber/day**, with at least **5–10 g soluble fiber**.

Move your body

150 minutes/week of moderate exercise (brisk walking, cycling, swimming)

Or **75 minutes/week** of vigorous exercise

Add **strength training** 2 days/week

Even daily walking helps lower LDL.

Manage weight

Losing **5–10% of body weight** can significantly reduce LDL

Focus on waist size, not just the scale

Lifestyle tweaks

Quit smoking → improves cholesterol profile fast

Limit alcohol (≤ 1 drink/day women, ≤ 2 men)

Sleep 7–8 hours/night

Manage stress (prayer, meditation, breathing, gentle exercise)

Medications (if needed)

If lifestyle changes aren’t enough, doctors may prescribe:

Statins

Ezetimibe

PCSK9 inhibitors (for high-risk cases)

Always discuss risks/benefits with your GP.

Monitor regularly

Get a **lipid profile blood test**

Target LDL depends on risk:

<2.6 mmol/L (100 mg/dL) for most people

<1.8 mmol/L (70 mg/dL) if high cardiovascular risk

ChatGPT hoàn chỉnh làm thơ, phổ nhạc và hát

Sao lang thang mãi trên bờ cát buồn,

Dấu chân tìm ai – trông vắng, cô đơn...

Rewrite in heart-broken thyme

Option 1 (deeply broken, soft):

Sao cứ lang thang trên bờ cát lạnh,
Dấu chân tìm ai... tan nát, đơn côi.

Option 2 (raw, abandoned):

Lang thang mãi giữa bờ cát tàn phai,
Dấu chân tìm người — chỉ gặp chia hai.

Creativity: hoàn thành bài thơ

Cà phê hương khói mờ hư ảnh,
Ai biết tình ai có hững hờ <>
Giọt đắng còn vương trên đáy cốc,
Chiều buồn lặng lẽ nhuộm vãn thơ.
Mây trôi lững thững qua hiên vắng,
Gió thoảng băng khuâng chạm giấc mơ.

.....

ChatGPT có thể phổ thành nhạc và có ca sĩ hát như trên YouTube

3) Microsoft 365 Copilot:

3.1 Trên iPhone (Apple)

dùng App Store <>

Search: Microsoft 365 Copilot <>

Microsoft 365 Copilot.

GET <>

Chat

Click on RHS Symbol <>

3.2 Trên máy Mac (Apple):

Google: Install Microsoft 365 Copilot <>

Download the Microsoft 365 Copilot app on Windows, Mac, iOS, and Android to experience powerful AI features on the go and supercharge your productivity.

The Microsoft 365 Copilot app is your AI-first productivity app for work and home. It provides one place for you to chat with your AI assistant, create and edit content, quickly find files, and access your favorite Microsoft 365 apps—helping you get more done, without doing more.^{1,2}

Download for Mac (Requires MacOS Sonoma 14 or later) <>

Anh Hà sẽ hướng dẫn cho người sử dụng điện thoại Android hoặc máy laptop không phải Apple (macOS).

Lloyd, để trả lời đúng ý anh: **Copilot có thể làm hầu hết mọi thứ bằng tiếng Việt**, với độ chính xác, mạch lạc và giọng văn phù hợp cho công việc của anh — đặc biệt là văn bản hành chính, thông báo cộng đồng, và nội dung phụng vụ. Dưới đây là bản mô tả rõ ràng – đầy đủ – có cấu trúc, bằng tiếng Việt, về những gì Copilot có thể làm.

🌟 Copilot có thể làm gì bằng tiếng Việt?

✍️ Soạn & chỉnh sửa văn bản

Tôi có thể viết hoặc chỉnh sửa:

Thư mời, thư cảm ơn, thư xác nhận

Biên bản họp, nghị trình, thông báo

Hồ sơ xin tài trợ, đơn từ hành chính

Nội dung cho VSCA, thông báo cộng đồng

Bài suy niệm, chú giải Tin Mừng, nội dung phụng vụ

Anh đưa bản nháp → tôi biến thành văn bản hoàn chỉnh, trang trọng.

🔄 Dịch thuật Anh–Việt & Việt–Anh

Tôi có thể:

Dịch chính xác, giữ đúng ý

Điều chỉnh giọng văn: trang trọng, hành chính, trung tính, phụng vụ

Giải thích từ ngữ, thuật ngữ chuyên môn

📁 Xử lý tài liệu anh tải lên

Anh có thể gửi:

PDF

Word

Hình ảnh

Biên bản, tài liệu họp

Mẫu đơn

Tôi có thể đọc, tóm tắt, dịch, chỉnh sửa hoặc trích ý chính.

 Tìm kiếm & tóm tắt thông tin

Tôi có thể tìm:

Tin tức

Quy định, hướng dẫn

Thông tin chính phủ, cộng đồng

Kiến thức tổng quát

Và tóm tắt ngắn gọn, dễ hiểu.

 Gợi ý, lập kế hoạch, tổ chức công việc

Tôi có thể hỗ trợ:

Lập kế hoạch sự kiện

Chuẩn bị chương trình họp

Xây dựng timeline

Sắp xếp ý tưởng trước khi viết

 Tạo hình ảnh theo mô tả

Nếu anh cần:

Poster

Hình minh họa

Ý tưởng thiết kế

Hình cho tài liệu cộng đồng

Tôi có thể tạo hình ảnh theo yêu cầu.

 Tạo podcast tiếng Việt

Tôi có thể tạo bản thu âm giải thích, tóm tắt hoặc trình bày nội dung anh muốn.

what kind of improvement you're aiming for. Different goals lead to very different rewrites.

A few possibilities you might be considering:

More professional or executiveready

More concise and highimpact

More warm and human without losing polish

More persuasive or narrativedriven

More structured and logically tight

More culturally aligned (e.g., Vietnamese ↔ English tone adjustments)

More warm and human without losing polish

=>Whenever you're ready, drop in the text you want rewritten. I'll reshape it to feel:

1. Hoàn chỉnh email gửi ra cho các Hội đoàn liên hệ

Dear Ms Huỳnh Bích Cẩm and Ms Ngọc Nicky Chung,

Further to my email this afternoon regarding the requested tax invoice for the VSCA 2026 Lunar New Year celebration (Tết Bính Ngọ), please find attached the **PDF version**, in line with current work practices.

Thank you once again for your generous support.

Kind regards,
Lloyd Loi Thai Tran
VSCA President

Before you send anything over, tell me what kind of improvement you want to aim for this time. Are you looking to make your writing:

more concise

more formal or more approachable
more executiveready
more persuasive
more structured
more culturally aligned (English ↔ Vietnamese)
or something else entirely

more executiveready

Great — “executiveready” can mean a few different things depending on the situation, so let’s calibrate before you send your text.

To tailor the rewrite precisely, tell me which flavor of executive tone you want to lean into:

🔗 Which direction fits your goal?

Crisp & concise — minimal words, maximum clarity

Formal & authoritative — polished, structured, leadershiplevel tone

Strategic & highlevel — focuses on outcomes, decisions, and implications

Diplomatic & stakeholderfriendly — balanced, careful, relationshipaware

Assertive & decisive — confident, directive, actionoriented

Pick one (or a blend), then drop in your text. I’ll reshape it to match that exact executive profile.

Formal & authoritative

Leadership voice

Directive

Directive leadership voice — got it. That gives me a clear mandate: firm, unambiguous, expectationsetting language that signals confidence and control.

Dear all,

We warmly invite you to join us in celebrating the Vietnamese Senior Cultural Association’s 2026 Lunar New Year (Vietnamese Tết):

- **Date:** Tuesday, 24th February 2026
- **Time:** 11:00 AM – 3:00 PM
- **Venue:** Ashburton Seniors Centre, 296 High Street, Ashburton, VIC 3147

Your presence would be greatly appreciated by all our members, and we very much look forward to celebrating together.

Kind regards

Lloyd Loi Tran

President

Vietnamese Senior Cultural Association (VSCA)

Here’s a directiveleadership rewrite of your invitation letter — firm, clear, and carrying the authority of a president setting expectations for an important community event:

Dear all,

We will convene to celebrate the Vietnamese Senior Cultural Association’s 2026 Lunar New Year (Tết) as outlined below:

Date: Tuesday, 24 February 2026

Time: 11:00 AM – 3:00 PM

Venue: Ashburton Seniors Centre, 296 High Street, Ashburton, VIC 3147

Your attendance is expected and valued as we come together to honour our cultural traditions and strengthen our community.

Kind regards

Lloyd Loi Tran

President, Vietnamese Senior Cultural Association (VSCA)

3. Trả lời email: Response in english with acceptance to the table tennis competition:<>

Dear Julia Fu, President, CSCA (Saturday Chinese Group),

and Ms. Marian Lee

On behalf of the Vietnamese Cultural Seniors Association (VSCA), I would like to express our appreciation for CSCA's initiative in organising this year's joint Table Tennis Competition.

After reviewing the proposed arrangements, VSCA is pleased to confirm our acceptance of all terms and conditions as outlined:

1. Preparation Meeting

VSCA agrees to attend the joint preparation meeting on Saturday, 27 June at 10:00 am, with the following representatives:

- Chief Referee Daniel Choo
- Presidents/Chairpersons of both associations
- Leaders of both table tennis teams (including Mr. Dang Ho, Team Leader from VSCA)

2. Competition Date

VSCA agrees to the full day competition on Saturday, 25 July, and will complete the selection of participants for all three divisions prior to this date.

3. Competition Divisions

VSCA accepts the structure of the three divisions:

- Men's 70+ Division – 5 players
- Men's Under 70 Division – 5 players
- Women's Division – 5 players

4. Awards Ceremony

VSCA agrees to the joint awards presentation at the conclusion of the finals on 25 July, with Chief Referee Daniel Choo and the Presidents/Chairpersons of both associations presenting awards.

5. Medals & Prizes Contribution

VSCA agrees to contribute \$100, combining with CSCA's \$100 for a total of \$200. We also support the request for BASSCARE's assistance in purchasing medals and prizes.

VSCA will coordinate directly with you to finalise any further details prior to the preparation meeting.

Warm regards,

Lloyd Loi Tran

President Vietnamese Cultural Seniors Association (VSCA)

4. Chính Từ ngữ, Văn phong & Văn phạm:

Cả hai cách viết “VSCA website” và “website VSCA” đều đúng, nhưng trong **văn bản hành chính tiếng Việt**, một trong hai cách sẽ **tự nhiên và chuẩn mực hơn** tùy theo cấu trúc câu.

Dưới đây là phân tích rõ ràng để anh chọn cách dùng nhất quán:

✦ Website VSCA — Cách dùng chuẩn, tự nhiên nhất trong tiếng Việt

Danh từ chính đứng trước (**website**), tên tổ chức đứng sau (**VSCA**).

Giống cấu trúc quen thuộc: “website Bộ Y tế”, “website Hội Sinh viên”, “website Chính phủ”.

5. Line Dance: Điệu Valse E Thẹn (Shy Waltz Line Dance)

Lf BASIC FWD AND BACK

123 Step Left Fwd, Right Tog, Left in Place

456 Step Back on Rt, Lft Tog, RT In Place

STEP, STEP PIVOT, WEAVE ACROSS SIDE BEHIND

123 Step Fwd Lft, Step Fwd Rt, Pivot 1/4 Turn Lft (9.00)

456 Step Rt across Lft, Step Lft to Lft Side, Step Rt Behind Lft

STEP POINT HOLD, WALK ROUND RT,LFT,RT * (with styling option)

123 Step Lft to Lft Side body slightly angled to left , Point Rt Across Lft, Hold for one count

456 Walk Round ½ Turn Rt , Stepping Rt Lft Rt (3.00)

LF BASIC FWD AND BACK

(Chân trái bước cơ bản tiến và lùi)

123: Bước chân trái tiến, chân phải chạm, chân trái giữ tại chỗ

456: Bước lùi bằng chân phải, chân trái chạm, chân phải giữ tại chỗ

STEP, STEP PIVOT, WEAVE ACROSS SIDE BEHIND

(Bước – bước – xoay – đan chéo ngang, sang bên, ra sau)

123: Bước tiến chân trái, bước tiến chân phải, xoay 1/4 vòng sang trái (hướng 9 giờ)

456: Chân phải bước chéo qua, chân trái sang bên, chân phải bước ra sau chân trái

STEP POINT HOLD, WALK ROUND RT, LFT, RT (with styling option)

(Bước – chạm – giữ, đi vòng phải, trái, phải – có thể thêm động tác tay)

123: Bước chân trái sang bên hơi chếch trái, chạm chân phải chéo qua chân trái, giữ 1 nhịp

456: Đi vòng nửa vòng sang phải, bước phải – trái – phải (hướng 3 giờ)