



AND



STRONG BOUNDS

Chorégraphe : Séverine Fillion & Bruno Moggia (mai 2017)

Description : Danse en ligne – 64 temps – 2 murs – 4 restarts

Niveau : Novice/Intermédiaire

Musique : Long Goodbye – Dwight Yoakam, Michelle Branch

Départ : Intro de 32 temps

1 – 8 RUMBA BOX, TOUCH, RUMBA BOX, HOOK

1-4 PD à droite, PG à côté du PD, PD devant, touch PG à côté du PD

5-8 PG à gauche, PD à côté du PG, PG derrière, Hook PD devant PG

** Restart ici mur 4*

9 – 16 STEP LOCK STEP, HOLD, STEP ½ TURN STEP, SCUFF

1-4 Step Lock Step D-G-D devant, Pause

5-6 PG devant, ½ tour à droite

7-8 PG devant, Scuff PD

6:00

** Restarts ici murs 2 et 6*

17 – 24 JAZZ BOX, CROSS STEP, SIDE ROCK STEP, KICK, STOMP

1-4 Croiser PD devant PG, PG derrière, PD à droite, croiser PG devant PD

5-6 Rock step D à droite, revenir sur le PG

7-8 Kick PD, Stomp PD devant

25 – 32 SWIVEL, HOLD, RECOVER, HOLD, R HEEL SWIVEL, RECOVER, HEEL TOUCH, TOE TOUCH

1-2 Pivoter les 2 talons vers la droite, Pause

3-4 Revenir les 2 talons au centre, Pause

5-6 Pivoter le talon droite vers la droite, revenir le talon D au centre

7-8 Touch talon PD devant, Touch pointe PD derrière

33 – 40 VINE ¼ TURN, SCUFF, CROSS ROCK STEP, SIDE STEP, CROSS STEP

1-4 ¼ tour à gauche et PD à droite, croiser PG derrière PD, PD à droite, scuff PG

5-6 Rock step G croisé devant PD, revenir sur le PD

7-8 PG à gauche, croiser PD devant PG

3:00

41 – 48 TOUCH LEFT, STEP FWD, TOUCH RIGHT, STEP BACK, SAILOR STEP ¼ TURN, HOLD

1-2 Pointer PG à gauche, poser PG devant

3-4 Pointer PD à droite, poser PD derrière

5-8 Sailor Step G-D-G avec ¼ tour à gauche, Pause

** Restart ici mur 8*

12:00

49 – 56 STEP ½ TURN, TOE STRUT ½ TURN x2, STOMP x2

1-2 PD devant, ½ tour à gauche **6:00**

3-4 ½ tour à gauche et Toe strut PD derrière

5-6 ½ tour à gauche et Toe strut PG devant

7-8 (en avançant) Stomp PD, Stomp PG

12:00

6:00

57 – 64 MAMBO STEP, HOLD, COASTER STEP, STOMP-UP

1-4 Rock step D devant, revenir sur le PG, poser PD derrière, Pause

5-8 PG derrière, PD à côté du PG, PG devant, Stomp-up D à côté du PG

RESTARTS :

Après 16 comptes, Restart sur le mur 2 (à 12:00) et le mur 6 (à 6:00)

Après 8 comptes, Restart sur le mur 4 (à 6:00)

Après 48 comptes, Restart sur le mur 8 (à 12:00)

ET RECOMMENCEZ AVEC LE SOURIRE !