

STRONG BOUNDS

Danse : 2 murs (64 temps), Débutant/ intermédiaire
Chorégraphe : Séverine Fillion & Bruno Moggia (Mai 2017)
Musiques : Long Goodbye (Dwight Yoakam ft Michelle Branch) – 145 BPM – Intro 32 temps
Vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=kW1BKRggzFk>

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

1, 2 Pied D à droite + assembler pied G au pied D
3, 4 Pied D avant + pointer pied G au pied D
5, 6 Pied G à gauche + assembler pied D au pied G
7, 8 Pied G arrière + croiser pied D devant jambe G

** Restart ici : pendant la 4e répétition de la danse (mur 6:00)*

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

1, 2 Pied D avant + croiser pied G derrière pied D
3, 4 Pied D avant + pause
5, 6 Pied G avant + pivot ½ tour à droite
7, 8 Pied G avant + scuff pied D avant

6:00

** Restarts ici : pendant les 2e (mur 12:00) et 6e (mur 6:00) répétitions de la danse*

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

1, 3 Croiser pied D devant pied G + pied G arrière
3, 4 Pied D à droite + croiser pied G devant pied D
5, 6 Rock pied D à droite + revenir sur pied G
7, 8 Kick pied D avant + stomp down D avant (poids sur pied D)

25 – 32 HEELS SWIVELS WITH HOLD, HEEL SWIVEL, HEEL, POINT

1, 2 Déplacer les talons à droite + pause
3, 4 Déplacer les talons au centre + pause
5, 6 Pivoter talon D à droite + revenir talon D au centre
7, 8 Pointer talon D avant + pointer pied D arrière

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

1, 2 ¼ tour à gauche & pied D à droite + croiser pied G derrière pied D
3, 4 Pied D à droite + scuff pied G avant
5, 6 Rock croisé pied G devant pied D + revenir sur pied D
7, 8 Pied G à gauche + croiser pied D devant pied G

3:00

41 – 48 POINT, STEP, POINT, BACK, SAILOR STEP ¼ TURN, HOLD

1, 2 Pointer pied G à gauche + pied G avant
3, 4 Pointer pied D à droite + pied D arrière
5, 6 Croiser pied G derrière pied D en faisant ¼ tour à gauche + pied D à droite
7, 8 Pied G avant + pause

** Restart ici : pendant la 8e répétition de la danse (mur 12:00)*



Écrite par Sylvianne Patry, prof. – École De Danse **LES FANS DU COUNTRY**
Courriel : lesfansducountry@gmail.com • Site web : www.lesfansducountry.com
Référence : À partir de la feuille du chorégraphe

STRONG BOUNDS

Danse : 2 murs (64 temps), Débutant/ intermédiaire
Chorégraphe : Séverine Fillion & Bruno Moggia (Mai 2017)
Musiques : Long Goodbye (Dwight Yoakam ft Michelle Branch) – 145 BPM – Intro 32 temps
Vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=kW1BKRggzFk>

49 – 56 STEP-PIVOT ½ TURN, TOE STRUT ½ TURN x2, STOMP DOWN x2

1, 2	Pied D avant + pivoter ½ tour à gauche	6:00
3, 4	½ tour à gauche & plante/talon pied D arrière	12:00
5, 6	½ tour à gauche & plante /talon pied G avant	6:00
7, 8	Stomp down pied D avant (poids sur pied D) + stomp down pied G avant (poids sur pied G)	

57 – 64 ROCK & BACK, HOLD, COASTER STEP, STOMP-UP

1, 2	Rock pied D avant + revenir sur pied G
3, 4	Pied D arrière + pause
5, 6	Pied G arrière + assembler pied D au pied G
7, 8	Pied G avant + stomp-up pied D sur place (poids sur pied G)

RESTARTS :

Pendant la 2e répétition de la danse, faire les 16 premiers comptes (12:00) et recommencer au début.
Pendant la 4e répétition de la danse, faire les 8 premiers comptes (6:00) et recommencer au début.
Pendant la 6e répétition de la danse, faire les 16 premiers comptes (6:00) et recommencer au début.
Pendant la 8e répétition de la danse, faire les 48 premiers comptes (12:00) et recommencer au début.



Écrite par Sylvianne Patry, prof. – École De Danse **LES FANS DU COUNTRY**
Courriel : lesfansducountry@gmail.com • Site web : www.lesfansducountry.com
Référence : À partir de la feuille du chorégraphe