



STRONG BOUNDS

Chorégraphe : Séverine Fillion & Bruno Moggia
Description : Danse en ligne, 2 murs, 64 temps, 4 restarts
Niveau : Novice/Intermédiaire
Musique : Long goodbye *de* Michelle Branch & Dwight Yoakam
Introduction : 32 temps

RUMBA BOX, TOUCH, RUMBA BOX, HOOK

- 1.2 PD à droite, PG à côté du PD
- 3.4 PD devant, toucher le PG à côté du PD
- 5.6 PG à gauche, PD à côté du PG
- 7.8 PG derrière, hook du PD devant le PG

Restart ici au 4^{ème} mur

STEP LOCK STEP, HOLD, STEP ½ TURN, STEP, SCUFF

- 1.4 Step lock step D-G-D, pause
- 5.6 PG devant, ½ tour à droite
- 7.8 PG devant, scuff du PD

6h

Restarts ici aux 2^{ème} et 6^{ème} murs

JAZZ BOX, CROSS STEP, SIDE ROCK STEP, KICK, STOMP

- 1.2 Croiser le PD devant le PG, PG derrière,
- 3.4 PD à droite, croiser le PG devant le PD
- 5.6 Rock PD à droite, revenir en appui sur le PG
- 7.8 Kick PD, stomp PD

SWIVEL, HOLD, RECOVER, HOLD, RIGHT HEEL SWIVEL, RECOVER, HEELTOUCH, TOE TOUCH

- 1.2 Tourner les deux talons vers la droite, pause
- 3.4 Tourner les deux talons vers le centre, pause
- 5.6 Tourner le talon D vers la droite, tourner le talon D vers le centre
- 7.8 Talon D devant, toucher la pointe D derrière

VINE ¼ TURN, SCUFF, CROSS ROCK STEP, STEP, CROSS STEP

- 1.2 ¼ de tour à gauche et PD à droite, croiser le PG derrière le PD
- 3.4 PD à droite, scuff du PG
- 5.6 Rock PG croisé devant le PD, revenir en appui sur le PD
- 7.8 PG à gauche, PD croisé devant le PG

TOUCH LEFT, STEP, TOUCH RIGHT, STEP, SAILOR STEP ¼ TURN, HOLD

- 1.2 Pointer le PG à gauche, PG devant
- 3.4 Pointer le PD à droite, PD derrière
- 5.6 PG derrière, ¼ de tour à gauche et PD à côté PG,
- 7.8 PG devant, pause

12h

Restart ici au 8^{ème} mur

STEP ½ TURN, TOE STRUT ½ TURN x2, STOMP x2

- | | | |
|-----|--|-----|
| 1.2 | PD devant, ½ tour à gauche | 6h |
| 3.4 | ½ tour à gauche et toe strut PD derrière | 12h |
| 5.6 | ½ tour à gauche et toe strut PG devant | 6h |
| 7.8 | (en avançant) stomp PD, stomp PG | |

MAMBO STEP, HOLD, COASTER STEP, SCUFF

- | | |
|-----|--|
| 1.2 | Rock PD devant, revenir en appui sur le PG |
| 3.4 | PD derrière, pause |
| 5.6 | PG derrière, PD à côté du PG |
| 7.8 | PG devant, stomp up du PD |

Restarts :

- après 16 comptes, sur le mur 2 (à 12h) et le mur 6 (à 6h),
- après 8 comptes, sur le mur 4 (à 6h),
- après 48 comptes, sur le mur 8 (à 12h).