

Strong Bounds



64 Counts, 2 Walls, Novice

Choreographie:

Séverine Fillion & Bruno Moggia

05/2017

Musik:

Der Tanz beginnt mit dem
Einsatz des Gesangs

Long Goodbye by Dwight Yoakam & Michelle Branch

RUMBA BOX, TOUCH, RUMBA BOX, HOOK

- 1 - 4 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts, LF neben RF auftippen
5 - 8 LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt zurück, RF vor dem L Schienbein kreuzen

Restart: Im 4. Durchgang 6.00 beginne hier von vorne

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

- 1 - 4 RF Schritt vorwärts, LF hinter dem RF einkreuzen, RF Schritt vorwärts, Halten
5, 6 LF Schritt vorwärts, ½ Rechtsdrehung (Gewicht RF) 6.00
7, 8 LF Schritt vorwärts, RF Bodenstreifer nach vorne

Restart: Im 2. Durchgang 12.00 und 6. Durchgang 6.00 beginne hier von vorne

JAZZ BOX CROSS, SIDE ROCK, KICK, STOMP

- 1 - 4 RF vor dem LF kreuzen, LF Schritt zurück, RF Schritt nach rechts, LF vor dem RF kreuzen
5 - 8 RF Schritt nach rechts und Gewicht zurück auf LF, RF nach vorne kicken, RF Schritt vorwärts

TWIST, HOLD, TWIST, HOLD, HEEL-FAN, HEEL, TOUCH

- 1, 2 Beide Fersen nach rechts drehen, Halten
3, 4 Beide Fersen zurück zur Mitte drehen, Halten
5, 6 Rechte Ferse nach rechts und wieder zurück drehen (Gewicht LF)
7, 8 Rechte Ferse vorne auftippen, rechte Fußspitze hinten auftippen

¼ SIDE, BEHIND, SIDE, SCUFF, CROSS-ROCK, SIDE, CROSS

- 1, 2 ¼ Linksdrehung & RF Schritt nach rechts, LF hinter dem RF kreuzen 3.00
3, 4 RF Schritt nach rechts, LF Bodenstreifer nach vorne
5, 6 LF vor dem RF kreuzen und Gewicht zurück auf RF
7, 8 LF Schritt nach links, RF vor dem LF kreuzen

POINT, CROSS, POINT, BACK, SAILOR ¼ TURN, HOLD

- 1, 2 Linke Fußspitze links auftippen, LF vor dem RF kreuzen
3, 4 Rechte Fußspitze rechts auftippen, RF Schritt zurück
5, 6 ¼ Linksdrehung & LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts 12.00
7, 8 LF Schritt vorwärts, Halten

Restart: Im 8. Durchgang 12.00 beginne hier von vorne

STEP ½ TURN, TOE-STRUT ½ TURN, TOE-STRUT ½ TURN, STOMP, STOMP (Walk Walk)

- 1, 2 RF Schritt vorwärts, ½ Linksdrehung (Gewicht LF) 6.00
3, 4 ½ Linksdrehung & rechte Fußspitze hinten aufsetzen, rechte Ferse absetzen 12.00
5, 6 ½ Linksdrehung & linke Fußspitze vorne aufsetzen, linke Ferse absetzen 6.00
7, 8 RF Schritt vorwärts, LF Schritt vorwärts

MAMBO STEP, HOLD, COASTER STEP, STOMP

- 1 - 4 RF Schritt vorwärts und Gewicht zurück auf LF, RF Schritt zurück, Halten
5 - 7 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
8 RF neben LF aufstampfen (Gewicht LF)

Tanz beginnt von vorne