

Can't Help Myself

Chorégraphe Guy Dubé, Michel Auclair & Julie Lépine
Danse de Ligne Intermédiaire 4 murs
Musique Can't Help Myself
Intro 15 Comptes

Sequence : 48,48,8(tag)-48-48-32(restart)-48-16(final)

1-8 SIDE, CROSS, SIDE, HEEL TOUCH in 1/4 TURN L, TOGETHER, TOUCH, ROCK STEP, RECOVER, SAILOR STEP in 3/8 TURN R

1-2 Pied D à droite, pied G croisé derrière le pied D

83 Pied D à droite, 1/4 tour à gauche et toucher le talon G devant - 9 :00

84 Pied G à côté du pied D, toucher la pointe D à côté du pied G

5 Pied D devant le pied G avec le poids

6 Retour du poids sur le pied G avec rond de jambe D en demi-cercle de l'avant vers l'arrière

7&8 Pied D croisé derrière le pied G, 3/8 tour à droite et pied G à gauche, pied D sur place - 1 :30

9-16 ROCK STEP, RECOVER, TOGETHER, HEEL SWITCHES, TOGETHER, ROCK STEP, RECOVER, TRIPLE STEP BACK

1-2 Pied G devant avec le poids, retour du poids sur le pied D

83 Pied G à côté du pied D, toucher le talon D devant

84 Pied D à côté du pied G, toucher la talon G devant

85-6 Pied G à côté du pied D, pied D devant avec le poids, retour du poids sur le pied G

7&8 Lever le genou D et triple step D,G,D derrière - 1 :30

17-24 3/8 TURN L, 1/2 TURN L, COASTER STEP, 2X (HEEL-TOGETHER-POINT)

1-2 3/8 tour à gauche et pied G devant, 1/2 tour à gauche et pied D derrière - 3 :00

3&4 Pied G derrière, pied D à côté du pied G, pied G devant

5&6 Toucher le talon D devant, pied D à côté du pied G, pointe G à gauche

7&8 Toucher le talon G devant, pied G à côté du pied D, pointe D à droite

25-32 CROSS SHUFFLE to L, 1/4 TURN R AND SHUFFLE BACK, ROCK BACK, RECOVER, FULL TURN L

1-2 Lever le genou D et shuffle croisé D,G,D à gauche

3&4 1/4 tour à droite et lever le genou G et shuffle derrière avec G,D,G - 6 :00

5-6 Pied D derrière avec le poids, retour du poids sur le pied G

7-8 1/2 tour à gauche et pied D derrière, 1/2 tour à gauche et pied G devant

Restart: À la 5ième répétition de la danse, face à 12 :00,

faire les 32 comptes premiers comptes et recommencer la danse du début face à - 6 :00.

33-40 2X (STEP-LOCK-STEP), ROCK STEP, RECOVER, SHUFFLE BACK

1&2 Pied D devant, pied G bloqué derrière le pied D, pied D devant

3&4 Pied G devant, pied D bloqué derrière le pied G, pied G devant

5-6 Pied D devant avec le poids, retour du poids sur le pied G

7&8 Lever le genou D et shuffle derrière avec D,G,D

41-48 SAILOR STEP, SAILOR STEP in 1/4 TURN R, SHUFFLE FWD, KICK-BALL-CHANGE

1&2 Pied G croisé derrière le pied D, pied D à droite, pied G à gauche

3&4 Pied D croisé derrière le pied G, 1/4 tour à droite et pied G à gauche, pied D à droite - 9 :00

5&6 Lever le genou G et shuffle devant avec G,D,G

7&8 Coup de pied D devant, plante D à côté du pied G, pied G sur place

TAG : Après la 2ième répétition de la danse, face à 6 :00 ajouter les 8 comptes suivant :

1-8 ROCK STEP, RECOVER, TRIPLE STEP in FULL TURN R, ROCK STEP, RECOVER, COASTER STEP

1-2 Pied D devant avec le poids, retour du poids sur le pied G

3&4 Triple step D,G,D sur place en 1 tour complet à droite

5-6 Pied G devant avec le poids, retour du poids sur le pied D

7&8 Pied G derrière, pied D à côté du pied G, pied G devant