



# STRONG BOUNDS

Chorégraphe : Séverine Fillion & Bruno Moggia  
Description : Ligne – Intermédiaire - 64 comptes – 2 murs  
Niveau : Intermédiaire  
Musique : Long Goodbye – Michelle Branch & Dwight Yoakam

## Intro : 32 comptes

### **RUMBA BOX, TOUCH, RUMBA BOX, HOOK**

1 – 2 PD à droite, PG à côté du PD  
3 – 4 Step PD, Touch PG derrière PD  
5 – 6 PG à gauche, PD à côté du PG  
7 – 8 Step PG derrière, Hook PD devant PG

### **STEP LOCK STEP, HOLD, STEP ½ TURN, STEP, SCUFF**

1 – 4 Step Lock Step D-G-D, Pause  
5 – 6 Step PG, ½ Tour à Droite  
7 – 8 Step PG, Scuff PD

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

1 – 4 Jazz Box D-G-D, Step PG croisé devant PD  
5 – 6 Side Rock PD à droite, recover  
7 – 8 Kick PD, Stomp PD

### **SWIVEL, HOLD, RECOVER, HOLD, HEEL SWIVEL, RECOVER, HEEL, TOUCH**

1 – 2 Swivel Talons vers la droite, Pause  
3 – 4 Recover, Pause  
5 – 6 Swivel talon PD vers la droite, Recover  
7 – 8 Talon PD devant, Touch Pd derrière

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

1 – 4 Vine ¼ tour à gauche D-G-D, scuff PG  
5 – 6 Cross Rock PG devant PD, Recover  
7 – 8 Step PG à gauche, Step PD devant PG

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

1 – 2 Touch PG à gauche, Step PG devant PD  
3 – 4 Touch PD à droite, Step PD derrière PG  
5 – 8 Sailor Step G-D-G ¼ de T à G, Pause

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

1 – 2 Step PD, ½ tour à gauche  
3 – 4 Toe strut ½ tour à gauche PD  
5 – 6 Toe strut ½ tour à gauche PG  
7 – 8 (en avançant) Stomp PD, Stomp PG

### **MAMBO STEP, HOLD, COASTER STEP, SCUFF**

1 – 4 Mambo Step D-G-D, Pause  
5 – 8 Coaster Step G-D-G, Stomp up PD

### **RESTARTS**

Sur les MURS 2 et 6 restart à la fin de la SECTION 2  
Sur le MURS 4 restart à la fin de la SECTION 1  
Sur le MUR 8 restart à la fin de la SECTION

**REPRENEZ AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE**

[messangels40@gmail.com](mailto:messangels40@gmail.com) / [messangels.jimdo.com](http://messangels.jimdo.com)

