

Insecure

Guy Dubé & Manon Poitras, Canada (2018)

Danse de partenaire Intermédiaire 48 comptes

Position Sweetheart Face à L.O.D.

Les pas de l'homme et de la femme sont de type identique sauf, si indiqué

Musique : **Insecure / Raelynn**

Intro de 16 comptes, départ sur les paroles

Countrydansemag.com

Traduction Robert Martineau



- 1-8 (Cross Samba) X2, Walk, Walk, Shuffle Fwd,**
1&2 Croiser le PD devant le PG - Rock du PG à gauche - Retour sur le PD
3&4 Croiser le PG devant le PD - Rock du PD à droite - Retour sur le PG
5-6 PD devant - PG devant
7&8 Shuffle PD, PG, PD, en avançant
- 9-16 Rock Step, Together, Rock Step, Coaster Step, Shuffle Fwd,**
1-2& Rock du PG devant - Retour sur le PD - PG à côté du PD
3-4 Rock du PD devant - Retour sur le PG
5&6 PD derrière - PG à côté du PD - PD devant
7&8 Shuffle PG, PD, PG, en avançant
Reprise À ce point-ci de la danse
- 17-24 H : Step, Behind, Triple Step, Side, Together, Shuffle Fwd,**
F : Back, Side, Behind, Side, Step, Step, 1/2 Turn, Shuffle 1/2 Turn,
*Les partenaires changent de côté, la femme passe derrière l'homme
Lâcher les mains G, la femme passe sous les bras D*
- 1-2 **H : PD devant - Croiser le PG derrière le PD**
F : PD derrière - PG à gauche
*Position Reverse Indian, la femme est derrière l'homme
Les mains tenues à la hauteur de la ceinture
Lâcher les mains D, reprendre les mains G*
- 3&4 **H : Triple Step PD, PG, PD, sur place**
F : Croiser le PD derrière le PG - PG à gauche - PD devant en diagonale à droite
*Homme à l'extérieur du cercle
Les partenaires changent de côté, la femme passe devant l'homme*
- 3&4 **H : T La femme passe sous les bras G**
- 5-6 **H : PG à gauche - PD à côté du PG**
F : PG devant - 1/2 tour à gauche et PD derrière R.L.O.D.
*Homme à l'extérieur du cercle
Les partenaires changent de côté, la femme passe devant l'homme
La femme passe sous les bras G*
- 7&8 **H : Shuffle PG, PD, PG, en avançant**
F : Shuffle PG, PD, PG, 1/2 tour à gauche
Position Sweetheart, face à L.O.D. homme à l'intérieur du cercle

- 25-32 H : Chasse To Right, Behind Rock Step, 1/2 Turn And Shuffle Back, Shuffle Back,
F : Chasse To Right, Behind Rock Step, Triple Step, Coaster Step,**
- 1&2 Chassé PD, PG, PD, de côté, vers la droite
- 3-4 Rock du PG croisé derrière le PD - Retour sur le PD
Ne pas lâcher les mains, passer les bras D au-dessus de la tête de la femme
- 5&6 **H : 1/2 tour à droite et Shuffle PG, PD, PG, en reculant
F : Triple Step PG, PD, PG, sur place**
*Position Cross Double Hand Hold, mains D sur le dessus
Homme face à R.L.O.D. et femme face à L.O.D.*
- 7&8 **H : Shuffle PD, PG, PD, en reculant
F : PD derrière - PG à côté du PD - PD devant**
- 33-40 H : Back, Back, Shuffle 1/2 Turn, Walk, Walk, Shuffle Fwd,
F : Walk, Walk, Shuffle Fwd, 1/2 Turn, 1/2 Turn, Shuffle Fwd,**
- 1-2 **H : PG derrière - PD derrière
F : PG devant - PD devant**
Ne pas lâcher les mains, la femme passe sous les bras D
- 3&4 **H : Shuffle PG, PD, PG, 1/2 tour à gauche
F : Shuffle PG, PD, PG, en avançant**
*Position Sweetheart, face à L.O.D.
Lâcher les mains G, la femme passe sous les bras D*
- 5-6 **H : PD devant - PG devant
F : 1/2 tour à gauche et PD derrière - 1/2 tour à gauche et PG devant**
Position Sweetheart, face à L.O.D.
- 7&8 Shuffle PD, PG, PD, en avançant
- 41-48 Step, Pivot 1/4 Turn, Cross Shuffle, Side, Cross, Side, Sailor 1/4 Turn.**
Ne pas lâcher les mains
- 1-2 PG devant - Pivot 1/4 de tour à droite
Position Sweetheart inversé, face à O.L.O.D. la femme est à la gauche de l'homme
- 3&4 Croiser le PG devant le PD - PD à droite - Croiser le PG devant le PD
- &5-6 PD à droite - Croiser le PG devant le PD - PD à droite
Ne pas lâcher les mains
- 7&8 Croiser le PG derrière le PD - 1/4 de tour à gauche et PD à droite - PG devant
Reprendre la position de départ, face à L.O.D.
- Reprise** Durant la 3e routine de la danse, faire les 16 premiers comptes puis, recommencer la danse depuis le début