



ADAPTABLE

Musique : "Trust Yourself" (Carlene Carter)

Type : Country Line Dance, 4 murs, 32 temps

Niveau : Débutant-Intermédiaire

1 - 8 Kick Ball Heel ¼ Turn, Step, Walk, Walk, Shuffle Fwd, Rock Step

- 1&2 PD Kick avant, PD sur place en faisant ¼ de tour à gauche, PG Talon avant
&3-4 PG assemblé au PD, PD avant, PG avant (09:00)
5&6 PD avant, PG assemblé PD, PD avant
7-8 PG avant, PD sur place

9 - 16 Coaster Step, Step, Pivot ¼ Turn, Sailor Step, Sailor Step ¼ Turn

- 1&2 PG arrière, PD assemblé au PG, PG avant
3 - 4 PD avant, PG sur place en faisant ¼ de tour à gauche (06:00)
5&6 PD croisé derrière le PG, PG à gauche, PD à côté du PG
7& PG croisé derrière le PD, ¼ de tour à gauche PD sur place
8 PG à côté du PD (03:00)

17-24 Small Jump Forward, Hold, Small Jump Back, Hold, Shuffle Fwd, Shuffle Fwd

- &1-2 PD Petit saut avant et PG assemblé au PD - Pause (*Taper des mains ou cliquer des doigts*)
&3-4 PD Petit saut arrière et PG assemblé au PD - Pause (*Taper des mains ou cliquer des doigts*)
Sur les sauts, bouger les épaules (Shimmy Shoulders)
5&6 PD avant, PG assemblé au PD, PD avant en avançant en diagonale à droite
7&8 PG avant, PD assemblé au PG, PG avant en avançant en diagonale à gauche

25-32 Rock Step, Triple Step ½ Turn, Rock Step, Triple Step ½ Turn

- 1 - 2 PD avant, PG sur place
3&4 PG Triple Step en faisant ½ tour à droite (09:00)
5 - 6 PG avant, PD sur place
7&8 PG Triple Step en faisant ½ tour à gauche (03:00)

RECOMMENCEZ LA DANSE