

I Can't Help Myself (fr)

Count: 48

Wall: 2

Level: Intermédiaire

Choreographer: Séverine Fillion (FR) - Mars 2020

Music: Can't Help Myself - Dean Brody & The Reklaws



Intro : 16 comptes

[1-8] SIDE, BEHIND & HEEL & CROSS, V STEP + CLAPS (sauf sur le 1er mur)

- 1-2 PD à droite, croiser PG derrière PD
- &3&4 PD à D, Talon G en diagonale avant G, revenir sur PG, croiser PD devant PG
- 5&6& PG en diagonale avant G, Clap (&), PD en diagonale avant D, Clap (&)
- 7&8 Revenir sur PG derrière au centre, Clap (&), PD à côté du PG

[9-16] SIDE, BEHIND & HEEL & CROSS, V STEP + CLAPS (sauf sur le 1er mur)

- 1-2 PG à gauche, croiser PD derrière PG
- &3&4 PG à G, Talon D en diagonale avant D, revenir sur PD, croiser PG devant PD
- 5&6& PD en diagonale avant D, Clap (&), PG en diagonale avant G, Clap (&)
- 7&8 Revenir sur PD derrière au centre, Clap (&), PG à côté du PD

[17-24] WIZZARD STEPS DIAGONALLY FWD, STEP 1/2 TURN L, TRIPLE FULL TURN L

- 1-2& PD en diagonale avant D, « lock » PG croisé derrière PD, PD devant (&)
- 3-4& PG en diagonale avant G, « lock » PD croisé derrière PG, PG devant (&)
- 5-6 PD devant, 1/2 tour à gauche en passant l'appui sur le PG 6:00
- 7&8 Triple step D G D devant en faisant un tour complet vers la gauche

[25-32] ROCK FWD, COASTER STEP, PADDLE FULL TURN L

- 1-2 Rock step G devant, revenir appui sur le PD
- 3&4 PG derrière, PD à côté du PG, PG devant
- 5-8 Sur place : 1/4 tour à G et pointer PD à droite x 4 (pour faire un tour complet) ** RESTART ici 5ème mur

[33-40] CROSS, SIDE, SAILOR STEP, CROSS, SIDE , SAILOR 1/4 TURN L

- 1-2 Croiser PD devant PG, PG à gauche
- 3&4 Croiser PD derrière PG, PG à G, PD à D
- 5-6 Croiser PG devant PD, PD à droite
- 7&8 Croiser PG derrière PD, 1 /4 tour à G et PD à D, PG devant 3:00

[41-48] KICK BALL SIDE ROCK, KICK BALL SIDE POINT, WEAVE TO L, HEEL SWITCH 1/4 TURN R

- 1&2& Kick D devant, poser PD à côté du PG, Rock step G à gauche, revenir appui sur le PD
- 3&4 Kick G devant, poser PG à côté du PD, pointer PD à droite
- 5&6& Croiser PD derrière PG, PG à G, croiser PD devant PG, PG à G
- 7&8 1/4 tour à droite et Talon D devant, revenir sur PD à côté du PG, Talon G devant, revenir sur PG 6:00

TAG (à la fin du 2ème mur à 12:00) : 8 comptes : SIDE, BEHIND & HEEL & CROSS (R & L)

- 1-4 PD à D, croiser PG derrière PD, PD à D, Talon G en diagonale avant G, revenir sur PG, croiser PD devant PG
- 5-8 PG à G, croiser PD derrière PG, PG à G, Talon D en diagonale avant D, revenir sur PD, croiser PG devant PD

RESTART : Sur le 5ème mur après 32 comptes à 6:00

HAVE FUN & ENJOY

