

Insecure (fr)

Compte: 48

Mur: 4

Niveau: Novice

Chorégraphe: Séverine Fillion (FR) - Octobre 2017

Musique: Insecure - RaelLynn : (Album: Wildhorse, 2017)



Intro : 16 comptes

[1-8] SIDE, BEHIND, SIDE TRIPLE STEP, ROCK BACK, SIDE TRIPLE STEP

- 1-2 PD à droite, croiser PG derrière PD
- 3&4 PD à droite, PG à côté du PD, PD à droite
- 5-6 Rock step G derrière, revenir sur le PD
- 7&8 PG à gauche, PD à côté du PG, PG à gauche

[9-16] CROSS, SIDE, BEHIND & HEEL, & CROSS, HOLD, & HEEL, HOLD

- 1-3 Croiser PD devant PG, PG à gauche, Croiser PD derrière PG
- &4 Poser PG à G légèrement derrière, touch talon D en diagonale avant D
- &5 PD à côté du PG, croiser PG devant PD
- 6 Pause
- &7 Poser PD à D légèrement derrière, touch talon G en diagonale avant G
- 8& Pause, revenir en appui sur le PG (&) ** RESTART ici 3ème mur

[17-24] ROCKING CHAIR, STEP 1/2 TURN, TRIPLE STEP FWD

- 1-4 Rock step D devant, revenir sur le PG, rock step D derrière, revenir sur le PG
- 5-6 PD devant, pivoter ½ tour à gauche (appui sur PG) 6:00
- 7&8 PD devant, PG à côté du PD, PD devant

[25-32] CHARLESTON STEP

- 1-4 Poser PG devant, Kick D devant, poser PD derrière, pointer PG derrière
- 5-8 Poser PG devant, Kick D devant, poser PD derrière, pointer PG derrière

[33-40] HEEL TAP FWD, TOE TAP BACK, STEP FWD, 1/4 TURN & SIDE POINT, JAZZ BOX

- 1-2 Tap talon G devant, Tap pointe G derrière
- 3-4 Poser PG devant, pivoter ¼ tour à gauche en pointant PD à droite 3:00
- 5-8 Croiser PD devant PG, PG derrière, PD à droite, PG devant

[41-48] V STEP, 4 WALKS FWD with KNEE POP

- 1-4 PD en diagonale avant D, PG en diagonale avant G
- Option style : 1 - Ecarter la main D à droite, 2 – Ecarter la main G à gauche (à hauteur des hanches)**
- 3-4 Revenir PD derrière au centre, PG à côté du PD
- Option style : 3 – poser la main D sur sa hanche D, 4 – poser la main G sur sa hanche G**
- &5 Knee pop D : Poser le PD devant et décoller le talon G du sol en pliant le genou G
- &6 Knee pop G : Poser PG devant et décoller le talon D du sol en pliant le genou D
- &7&8 Kneep pop D, Kneep pop G

RESTART : Après 16 comptes sur le 3ème mur à 6:00

SMILE & HAVE FUN!!