

# My Heart Is Open (fr)

COPPER KNOB  
STEPSHETS

拍数: 32      墙数: 4      级数: Cuban, Novice  
编舞者: Guy Dubé (CAN) - Décembre 2014  
音乐: My Heart Is Open - Keith Urban



Départ: 32 temps d'intro avant de débiter la danse.  
Restart sur le mur de 6:00

Alt. music: "All I Wanna Do Is Make Love To You" (Heart)

Description des pas fournie par Ateliers MG Dance

## SIDE, ROCK BACK, 1/4 TURN R AND STEP-LOCK-STEP FWD, ROCK STEP

1            Pied G à G  
2-3        Pied D derrière avec le poids, retour du poids sur le pied G  
4&5        1/4 tour à D et pied D devant, pied G bloqué derrière pied D, pied D devant (3:00)  
6-7        Pied G devant avec le poids, retour du poids sur le pied D

## SAILOR 1/2 TURN L, 1/4 TURN TOUCH with SNAP FINGERS, HOLD, CROSS SHUFFLE, ROCK SIDE

8&1        Pied G croisé derrière le pied D, pied D sur place en 1/4 tour à G, pied G devant en 1/4 tour à G  
2-3        1/4 tour à G et toucher la pointe D à D en claquant des doigts, pause  
4&5        Pied D croisé devant le pied G, pied G à G, pied D croisé devant le pied G  
6-7        Pied G à G avec le poids en balançant les hanches à G, retour du poids sur le pied D (5:00)

## SAILOR 3/4 TURN L, ROCK STEP, STEP-LOCK-STEP BACK, TOUCH, UNWIND 1/2 TURN L

8&1        Pied G croisé derrière le pied D, 1/2 tour à G et pied D sur place, 1/4 tour à G et pied G devant (9:00)

**RESTART** □ Ici après 17 comptes à la 3e répétition, recommencer la danse du début au compte 2 face au mur de 3:00.

2-3        Pied D devant avec le poids, retour du poids sur le pied G  
4&5        Pied D derrière, pied G croisé devant le pied D (lock), pied D derrière  
6-7        Pointe G derrière, dérouler 1/2 tour à G (3:00)

## SYNCOPATED ROCK STEP-STEP, RONDE DE JAMBE L, R in HALF CIRCLE OUTSIDE to BACK, COASTER CROSS, TOUCH, CROSS, CHASSÉ to L

8&1        Pied D devant avec le poids, retour du poids sur le pied G, pied D derrière  
2            Pointe G à l'extérieur dessiner un arc de l'avant vers l'arrière en terminant le pied G derrière  
3            Pointe D à l'extérieur dessiner un arc de l'avant vers l'arrière en terminant le pied D derrière  
4&5        Pied G derrière, pied D à côté du pied G, pied G croisé devant le pied D  
6-7        Pointe D à D, pied D croisé devant le pied G  
8&        Pied G à G, pied D à côté du pied G

**RESTART:** □ Une fois seulement à la 3e répétition quand vous faites au mur de derrière (6:00).  
Faire les 17 premiers comptes et recommencer la danse du début au compte 2 face au mur de 3:00.

RECOMMENCER...

Contact: [guydube@cowboys-quebec.com](mailto:guydube@cowboys-quebec.com)