

# I Can't Help Myself (fr)

COPPER KNOB  
BY STEPHENETS

拍数: 48      墙数: 2      级数: Intermédiaire  
编舞者: Séverine Fillion (FR) - Mars 2020  
音乐: 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

