

# I Can't Be Myself (P) (fr)

COPPERKNOB  
STEPSHEETS

拍數: 64

牆數: 0

級數: Danse de partenaires - Débutant-  
Intermédiaire

編舞者: Stéphane Dubé (CAN) & Christine Coté (CAN) - 2016

音樂: I Can't Be Myself - Vince Gill & Paul Franklin



**Position Right Open Promenade Face à L.O.D.**

Les pas de l'homme et de la femme sont de type opposé sauf, si indiqué

Intro de 16 comptes

Traduction Robert Martineau, 02-01-17

**[1-8] Side Rock Step, Cross Shuffle, Side Rock Step, Cross Shuffle,**

1-2 H : Rock du PG à gauche - Retour sur le PD

F : Rock du PD à droite - Retour sur le PG

**Lâcher les mains, les partenaires changent de côté, l'homme passe derrière la femme**

3&4 H : Croiser le PG devant le PD - PD à droite - Croiser le PG devant le PD

F : Croiser le PD devant le PG - PG à gauche - Croiser le PD devant le PG

**Position Left Open Promenade, face à L.O.D. homme à l'extérieur du cercle**

5-6 H : Rock du PD à droite - Retour sur le PG

F : Rock du PG à gauche - Retour sur le PD

**Lâcher les mains, les partenaires changent de côté, l'homme passe derrière la femme**

7&8 H : Croiser le PD devant le PG - PG à gauche - Croiser le PD devant le PG

F : Croiser le PG devant le PD - PD à droite - Croiser le PG devant le PD

**Position Right Open Promenade, face à L.O.D. homme à l'intérieur du cercle**

**[9-16] Rock Step, Shuffle 1/2 Turn, 1/2 Turn And Shuffle Back, Back Rock Step,**

1-2 H : Rock du PG devant - Retour sur le PD

F : Rock du PD devant - Retour sur le PG

**Lâcher les mains**

3&4 H : Shuffle PG, PD, PG, 1/2 tour à gauche

F : Shuffle PD, PG, PD, 1/2 tour à droite

5&6 H : 1/2 tour à gauche et Shuffle PD, PG, PD, en reculant

F : 1/2 tour à droite et Shuffle PG, PD, PG, en reculant

**Position Right Open Promenade, face à L.O.D.**

7-8 H : Rock du PG derrière - Retour sur le PD

F : Rock du PD derrière - Retour sur le PG

**[17-24] Walk, Walk, Shuffle Fwd, 1/2 Turn And Shuffle Back, Shuffle 1/2 Turn,**

1-2 H : PG devant - PD devant

F : PD devant - PG devant

3&4 H : Shuffle PG, PD, PG, en avançant

F : Shuffle PD, PG, PD, en avançant

**Lâcher les mains**

5&6 H : 1/2 tour à gauche et Shuffle PD, PG, PD, en reculant

F : 1/2 tour à droite et Shuffle PG, PD, PG, en reculant

7&8 H : Shuffle PG, PD, PG, 1/2 tour à gauche

F : Shuffle PD, PG, PD, 1/2 tour à droite

**Position Right Open Promenade, face à L.O.D.**

**[25-32] Walk, Walk, Shuffle Fwd, 1/2 Turn And Shuffle Back, Shuffle 1/2 Turn,**

1-2 H : PD devant - PG devant

F : PG devant - PD devant  
3&4 H : Shuffle PD, PG, PD, en avançant  
F : Shuffle PG, PD, PG, en avançant

**Lâcher les mains**

5&6 H : 1/2 tour à droite et Shuffle PG, PD, PG, en reculant  
F : 1/2 tour à gauche et Shuffle PD, PG, PD, en reculant

**Position Left Open Promenade, face à R.L.O.D.**

**Lâcher les mains**

7&8 H : Shuffle PD, PG, PD, 1/2 tour à droite  
F : Shuffle PG, PD, PG, 1/2 tour à gauche

**Position Right Open Promenade, face à L.O.D.**

**Pont À ce point-ci de la danse**

**[33-40] Side, Together, Shuffle Fwd, Side, Together, Shuffle Back,**

1-2 H : PG à gauche - PD à côté du PG  
F : PD à droite - PG à côté du PD

3&4 H : Shuffle PG, PD, PG, en avançant  
F : Shuffle PD, PG, PD, en avançant

5-6 H : PD à droite - PG à côté du PD  
F : PG à gauche - PD à côté du PG

7&8 H : Shuffle PD, PG, PD, en reculant  
F : Shuffle PG, PD, PG, en reculant

**[41-48] Back Rock Step, Shuffle Fwd , Side, Together, Shuffle Fwd,**

1-2 H : Rock du PG derrière - Retour sur le PD  
F : Rock du PD derrière - Retour sur le PG

3&4 H : Shuffle PG, PD, PG, en avançant  
F : Shuffle PD, PG, PD, en avançant

**Lâcher les mains, les partenaires changent de côté, l'homme passe derrière la femme**

5-6 H : PD à droite - PG à côté du PD  
F : PG à gauche - PD à côté du PG

**Position Left Open Promenade, face à L.O.D. homme à l'extérieur du cercle**

7&8 H : Shuffle PD, PG, PD, en avançant  
F : Shuffle PG, PD, PG, en avançant

**[49-56] Side, Together, Shuffle Fwd, Rock Step, Shuffle 1/2 Turn,**

**Lâcher les mains, les partenaires changent de côté, l'homme passe derrière la femme**

1-2 H : PG à gauche - PD à côté du PG  
F : PD à droite - PG à côté du PD

**Position Right Open Promenade, face à L.O.D. homme à l'intérieur du cercle**

3&4 H : Shuffle PG, PD, PG, en avançant  
F : Shuffle PD, PG, PD, en avançant

5-6 H : Rock du PD devant - Retour sur le PG  
F : Rock du PG devant - Retour sur le PD

**Lâcher les mains**

7&8 H : Shuffle PD, PG, PD, 1/2 tour à droite  
F : Shuffle PG, PD, PG, 1/2 tour à gauche

**Position Left Open Promenade, face à R.L.O.D.**

**[57-64] 1/2 Turn And Shuffle Back, Back Rock Step, Walk, Walk, Shuffle Fwd.**

**Lâcher les mains**

1&2 H : 1/2 tour à droite et Shuffle PG, PD, PG, en reculant  
F : 1/2 tour à gauche et Shuffle PD, PG, PD, en reculant

**Reprendre la position de départ, face à L.O.D.**

3-4 H : Rock du PD derrière - Retour sur le PG

5-6 F : Rock du PG derrière - Retour sur le PD  
H : PD devant - PG devant  
F : PG devant - PD devant  
7&8 H : Shuffle PD, PG, PD, en avançant  
F : Shuffle PG, PD, PG, en avançant

**Pont À la 3e routine et à la 5e routine de la danse**

**Faire les 32 premiers compte, ajouter:**

**[1-4] Rocking Chair**

1-2 H : Rock du PG devant - Retour sur le PD  
F : Rock du PD devant - Retour sur le PG  
3-4 H : Rock du PG derrière - Retour sur le PD  
F : Rock du PD derrière - Retour sur le PG

**puis, continuer la danse au compte 33**

---