

Strong Bounds

Choreographed by: Séverine Fillion & Bruno Moggia / Mai 2017
 Choreographed to: "Long Goodbye" by Dwight Yoakam & Michelle Branch – INTRO 32 counts

2 WALL – 64 COUNTS – IMPROVER			
STEPS	ACTUAL FOOTWORK	CALLING	DIRECTION
Section 1 1, 2 3, 4 5, 6 7, 8 Restart	Rumba Box, Touch, Rumba Box, Hook RF Schritt nach rechts, LF neben RF schliessen RF Schritt nach vorne, LF Touch neben RF LF Schritt nach links, RF neben LF schliessen LF Schritt nach hinten, RF Hook vor LF Auf der 4. Wand beginnt der Tanz hier wieder von vorne	side together step touch side together back hook	right forward left back
Section 2 1, 2 3, 4 5, 6 7, 8 Restart	Step Lock Step, Hold, Step, ½ Turn, Step, Scuff RF Schritt nach vorne, LF hinter RF einkreuzen RF Schritt nach vorne, Hold LF Schritt nach vorne, ½ Drehung nach rechts (Gewicht LF) RF Schritt nach vorne, LF Scuff nach vorne Auf der 2. und 6. Wand beginnt der Tanz hier wieder von vorne	step lock step hold step turn step scuff	forward turning right forward
Section 3 1, 2 3, 4 5, 6 7, 8	Jazz Box, Cross, Side Rock Step, Kick, Stomp RF vor LF kreuzen, LF Schritt nach hinten RF Schritt nach rechts, LF vor RF kreuzen RF Schritt nach rechts, Gewicht wieder auf LF verlagern RF Kick nach vorne, RF vorne aufstampfen	cross back side cross side rock kick stomp	back right on the spot
Section 4 1, 2 3, 4 5, 6 7, 8	Swivel, Hold, Recover, Hold, Heel Swivel, Recover, Heel, Touch Beide Fersen nach rechts drehen, Hold Beide Fersen zurück zur Mitte, Hold RF Ferse nach rechts drehen, zurück zur Mitte bringen RF Ferse vorne auftippen, RF Touch nach hinten	swivel hold swivel hold out in heel touch	on the spot
Section 5 1, 2 3, 4 5, 6 7, 8	¼ Turningvine, Scuff, Cross Rock Step, Side, Cross RF Schritt nach rechts mit ¼ Drehung nach links, LF hinter RF kreuzen RF Schritt nach rechts, LF Scuff nach vorne LF vor RF kreuzen, Gewicht wieder auf RF verlagern LF Schritt nach links, RF vor LF kreuzen	turn behind side scuff cross rock side cross	turning right right on the spot left

2 WALL – 64 COUNTS – IMPROVER

<p>Section 6 1, 2 3, 4 5, 6 7, 8</p> <p>Restart</p>	<p>Touch, Cross, Touch, Back, Sailor ¼ Turn, Hold LF Touch nach links, LF vor RF kreuzen RF Touch nach rechts, RF Schritt nach hinten LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts mit ¼ Drehung nach links LF Schritt nach vorne, Hold</p> <p>Auf der 8. Wand beginnt der Tanz hier wieder von vorne</p>	<p>touch cross touch back sailor turn hold</p>	<p>on the spot back turning left</p>
<p>Section 7 1, 2 3, 4 5, 6 7, 8</p>	<p>Step, ½ Turn, Toe Strut ½ Turn, Toe Strut ½ Turn, 2x Stomp RF Schritt nach vorne, ½ Drehung nach links (Gewicht LF) RF Schritt nach rechts auf Balle mit ¼ Drehung nach links, RF Ferse absetzen mit ¼ Drehung nach links LF Schritt nach links auf Balle mit ¼ Drehung nach links, LF Ferse absetzen mit ¼ Drehung nach links RF nach vorne aufstampfen, LF nach vorne aufstampfen</p>	<p>step turn toe strut toe strut stomp stomp</p>	<p>turning left forward</p>
<p>Section 8 1, 2 3, 4 5, 6 7, 8</p>	<p>Mambo Step, Hold, Coaster Step, Stomp Up RF Schritt nach vorne, Gewicht wieder auf LF verlagern RF Schritt nach hinten, Hold LF Schritt nach hinten, RF neben LF schliessen LF Schritt nach vorne, RF stampfen und wieder anheben</p>	<p>mambo step hold coaster step stomp</p>	<p>on the spot</p>