

## Strong Bounds

Choreographie: Séverine Fillion & Bruno Moggia (2017)

**Beschreibung:** 64 Count, 2 Wall, Intermediate Line Dance, Smooth: Two Step (TS), Half Catalan Style

**Musik:** **Long Goodbye** von Dwight Yoakam und Michelle Branch, BPM: 73

**Hinweis:** Der Tanz beginnt mit dem Einsatz des Gesangs nach 32 Taktschlägen

### 1) 1-8 Rumba Box Forward right with Touch Behind l, Rumba Box Back left with Hook r

- 1-2 Rechter Fuss Schritt seitwärts nach rechts - Linken Fuss an rechten heransetzen
- 3-4 Rechter Fuss Schritt nach vorn - Linke Fussspitze hinter rechtem Fuss auftippen
- 5-6 Linker Fuss Schritt seitwärts nach links - Rechten Fuss an linken heransetzen
- 7-8 Linker Fuss Schritt nach hinten - Rechten Fuss anheben und vor linkem Schienbein kreuzen  
(**Neustart/Restart:** In der 4. Runde - hier abbrechen und von vorne beginnen)

### 2) 9-16 Slow Locking Shuffle Forward right, Hold, Step Forward l, Pivot ½ Turn right, Step Forward l, Scuff Forward r

- 1-2 Rechter Fuss Schritt nach vorn - Linken Fuss hinter rechten einkreuzen
- 3-4 Rechter Fuss Schritt nach vorn - Halten
- 5-6 Linker Fuss Schritt nach vorn - ½ Drehung rechts herum auf beiden Fussballen, Gewicht am Ende rechts (6 Uhr)
- 7-8 Linker Fuss Schritt nach vorn - Rechten Fuss nach vorn schwingen, dabei Ferse über den Boden schleifen lassen  
(**Neustart/Restart:** In der 2. und 6. Runde hier abbrechen und von vorne beginnen)

### 3) 17-24 Jazz Box right with Cross l, Side Rock Step right, Kick Forward r, Stomp r

- 1-2 Rechten Fuss vor linken kreuzen - Linker Fuss Schritt nach hinten
- 3-4 Rechter Fuss Schritt seitwärts nach rechts - Linken Fuss vor rechten kreuzen
- 5-6 Rechter Fuss Schritt seitwärts nach rechts, linken Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuss
- 7-8 Rechten Fuss nach vorn kicken - Rechten Fuss neben linkem aufstampfen (Gewicht am Ende auf beiden Füßen)

### 4) 25-32 Heels Swivel to right/Return with Hold, Right Heel Fan to right/Return, Heel Touch Forward r, Touch Back r

- 1-2 Beide Fersen nach rechts drehen - Halten
- 3-4 Beide Fersen wieder zurück in die Mitte drehen - Halten
- 5-6 Rechte Ferse nach rechts drehen - Rechte Ferse wieder zurück in die Mitte drehen
- 7-8 Rechte Ferse vorn auftippen - Rechte Fussspitze hinten auftippen

### 5) 33-40 ¼ Turn left/Grapevine right with Scuff Forward l, Cross Rock Step left, Side l, Cross r

- 1-2 ¼ Drehung links herum und rechter Fuss Schritt seitwärts nach rechts (3 Uhr) - Linken Fuss hinter rechten kreuzen
- 3-4 Rechter Fuss Schritt seitwärts nach rechts - Linken Fuss nach vorn schwingen, dabei Ferse über den Boden schleifen lassen
- 5-6 Linken Fuss vor rechten kreuzen, rechten Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuss
- 7-8 Linker Fuss Schritt seitwärts nach links - rechten Fuss über linkem Fuss kreuzen (abstellen)

### 6) 41-48 Point l, Cross l, Point r, Cross r Behind l, Slow Sailor Step left ¼ Turning left, Hold

- 1-2 Linke Fussspitze seitlich links auftippen - Linken Fuss vor rechten kreuzen
- 3-4 Rechte Fussspitze seitlich rechts auftippen - Rechten Fuss hinter linken kreuzen
- 5-6 Linken Fuss hinter rechten kreuzen - ¼ Drehung links herum und rechter Fuss Schritt seitwärts nach rechts (12 Uhr)
- 7-8 Gewicht zurück auf den linken Fuss - Halten  
(**Neustart/Restart:** In der 8. Runde - hier abbrechen und von vorne beginnen)

### 7) 49-56 Step Forward r, Pivot ½ Turn left, 1/2 Turn left/Toe Strut Back right, 1/2 Turn left/Toe Strut Forward left, Stomp r, Stomp Forward l

- 1-2 Rechter Fuss Schritt nach vorn - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (6 Uhr)
- 3-4 ½ Drehung links herum und rechter Fuss Schritt nach hinten, nur die Fussspitze aufsetzen - Rechte Ferse absenken (12 Uhr)
- 5-6 ½ Drehung links herum und linker Fuss Schritt nach vorn, nur die Fussspitze aufsetzen - Linke Ferse absenken (6 Uhr)
- 7-8 Rechten Fuss neben linkem aufstampfen - Linken Fuss vorn aufstampfen

### 8) 57-64 Slow Mambo Step Forward right, Hold, Slow Coaster Step left, Stomp Up r

- 1-2 Rechter Fuss Schritt nach vorn, linken Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuss,
- 3-4 Rechten Fuss an linken heransetzen - Halten
- 5-6 Linker Fuss Schritt nach hinten - Rechten Fuss an linken heransetzen
- 7-8 Linker Fuss Schritt nach vorn - Rechten Fuss neben linkem aufstampfen (ohne Gewichtswchsel)

### Wiederholung bis zum Ende