



# Strong

Chorégraphe : Magali CHABRET (Fr) - Juin 2008 - [www.galichabret.com](http://www.galichabret.com)

Danse en ligne - **Débutant** - 32 temps - 4 murs

<http://www.youtube.com/watch?v=-CKnXqjZ98>

Musiques : Strong, de Sanna NIELSEN [ CD : Stronger, 2008 ] - 102 BPM, introduction 16 comptes

Limbo Lady, de The DEAN BROTHERS - 99 BPM, introduction 32 comptes

Attitude, de WYNONNA [CD : Her Story : Scenes From A Lifetime ] - 94 BPM, introduction 32 comptes

## **Section 1 TOE STRUT RIGHT & LEFT, RIGHT MAMBO, TOE STRUT LEFT & RIGHT, LEFT MAMBO**

- 1& Avancer Ball PD - abaisser talon D au sol
- 2& Avancer Ball PG - abaisser talon G au sol
- 3&4 Rock latéral PD côté D - revenir sur PG côté G - pas PD à côté du PG
- 5& Touch pointe PG arrière - abaisser talon G au sol
- 6& Touch pointe PD arrière - abaisser talon D au sol
- 7& Rock latéral PG côté G - revenir sur PD côté D - pas PG à côté du PD

## **Section 2 SIDE RIGHT, CHASSE RIGHT, ROCK LEFT, TRIPLE 1/2 LEFT**

- 1-2 Pas PD côté D - pas PG à côté du PD
- 3&4 Pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD côté D
- 5-6 Rock PG avant - revenir sur PD
- 7&8 Triple Step 1/2 tour G : 3 pas sur place en tournant d'1/2 tour à G (G. D. G.) **-6:00-**

## **Section 3 BUMP X3, RIGHT COASTER STEP, BUMP X3, LEFT COASTER STEP 1/4 LEFT**

- 1&2 Touch Ball PD avant (appui PG) & Bump hanche à D - Bump à G - Bump à D
- 3&4 Pas Ball PD arrière - pas Ball PG à côté du PD - pas PD avant
- 5&6 Touch Ball PG avant (appui PD) & Bump hanche à G - Bump à D - Bump à G
- 7&8 1/4 de tour G & pas Ball PG arrière - pas Ball PD à côté du PG - pas PG avant **-3:00-**

## **Section 4 LOCK RIGHT & LEFT, SHIMMY RIGHT & LEFT**

- 1&2 Pas PD avant - Lock PG derrière PD - pas PD avant
- 3&4 Pas PG avant - Lock PD derrière PG - pas PG avant
- 5-6 Pas PD côté D avec Shimmy des épaules - Touch PG à côté du PD avec Shimmy des épaules
- 7-8 Pas PG côté G avec Shimmy des épaules - Touch PD à côté du PG avec Shimmy des épaules

« Croquez la vie à pleines danses ! »

Fiche originale de la chorégraphe - [galicountry76@yahoo.fr](mailto:galicountry76@yahoo.fr) - Merci de ne pas modifier ces pas de quelque manière que ce soit.