

## Strong Bounds

Choreographie: Séverine Fillion & Bruno Moggia, 2017

**Beschreibung:** 64 Count, 2 Wall, 4 Restarts 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 Schlägen

### Section 1) 1-8 RUMBA BOX R, TOUCH BACK LF, RUMBA BOX L, HOOK FRONT RF

- 1-2 Rechter Fuss Schritt seitwärts nach Rechts - Linken Fuss neben rechtem abstellen
- 3-4 Rechter Fuss Schritt nach vorne, linken Fuss hinter rechtem auf tippen
- 5-6 Linker Fuss Schritt nach Links - Rechten Fuss an linken heransetzen
- 7-8 Linker Fuss Schritt nach vorne - rechten Fuss Hook vor linkem Bein  
 (Neustart/Restart: In der 4. Runde hier abbrechen und von vorne beginnen)

### Section 2) 9-16 STEP LOCK STEP (R-L-R), HOLD, STEP LF 1/2 TURN R, STEP LF, SCUFF RF

- 1-2-3-4 Step R - Lock L - Step R, warten
- 5-6 Linker Fuss Schritt nach vorne, 1/2 Drehung nach Rechts auf beiden Ballen (06:00)
- 7 Linker Fuss Schritt nach vorne
- 8 Rechten Fuss nach vorne schwingen, dabei Ferse über den Boden schleifen lassen  
 (Neustart/Restart: In der 2. und 6. Runde hier abbrechen und von vorne beginnen)

### Section 3) 17-24 JAZZ BOX R - L - R, CROSS STEP L OVER R, SIDE ROCK STEP RF, KICK RF, STOMP RF

- 1-2-3 Jazz Box RF über LF, LF zurück, RF nach Rechts
- 4 Linkes Bein über Rechtes Bein kreuzen (abstellen)
- 5-6 Rechter Fuss Rockstep nach Rechts - recover L
- 7-8 Kick rechter Fuss nach vorne - Stomp RF neben LF (Gewicht am Schluss auf beiden Füßen)

### Section 4) 25-32 SWIVEL R (RF+LF), HOLD, RECOVER, HOLD, HEEL SWIVEL R (RF), RECOVER, HEEL R, TOUCH R

- 1-2 Swivel beide Fersen nach Rechts - warten
- 3-4 Beide Fersen zurück zur Mitte - warten
- 5-6 Rechten Fuss Heel-Swivel nach rechts - rechte Ferse zurück zur Mitte
- 7-8 Rechte Ferse vorne auf tippen - rechte Spitze hinten auf tippen

### Section 5) 33-40 1/4 TURN L + VINE R, SCUFF LF, CROSS ROCK STEP LF OVER RF, STEP LF TO L, CROSS STEP RF OVER LF

- 1-2-3 1/4 Drehung nach Links (03:00) + Vine nach Rechts (R-L-R)
- 4 Linken Fuss nach vorne schwingen, dabei Ferse über den Boden schleifen lassen
- 5-6 Linken Fuss über rechtem Fuss kreuzen (belasten) - zurück auf rechten Fuss
- 7-8 Linken Fuss Schritt nach links - rechten Fuss über linkem Fuss kreuzen (abstellen)

### Section 6) 41-48 POINT LEFT LF, STEP LF IN FRONT OF RF, TOUCH RIGHT RF, STEP RF BEHIND LF, SAILOR STEP 1/4 TURN L, HOLD

- 1-2 Point linken Fuss links - linken Fuss vor rechtem Fuss abstellen
- 3-4 Point rechten Fuss rechtes - rechten Fuss vor linkem Fuss abstellen
- 5-6-7-8 Sailor Step L-R-L + 1/4 Turn L (12:00) - warten  
 (Neustart/Restart: In der 8. Runde hier abbrechen und von vorne beginnen)

### Section 7) 49-56 STEP RF 1/2 TURN L, TOE STRUT RF 1/2 TURN L, TOE STRUT LF 1/2 TURN L, STOMP R, STOMP L

- 1-2 Rechter Fuss Schritt nach vorne - 1/2 Drehung links auf beiden Ballen (06:00)
- 3-4 1/2 Drehung links + Toe Strut RF nach Hinten (12:00)
- 5-6 1/2 Drehung links + Toe Strut LF nach Vorne (06:00)
- 7-8 Stomp R - Stomp L (Bewegung nach Vorne)

### Section 8) 57-64 MAMBO STEP R, HOLD, COASTER STEP (L-R-L), STOMP UP RF

- 1-2-3 Rechter Fuss Schritt nach vorne (belasten) - linken Fuss belasten - rechten Fuss neben linkem Fuss abstellen (belasten)
- 4 warten
- 5-6-7 Linker Fuss Schritt nach hinten - rechten Fuss neben linkem Fuss abstellen - linker Fuss Schritt nach vorne
- 8 Rechter Fuss Stomp up

### Wiederholung bis zum Ende