



<http://www.kickNscuff26.com>

ADAPTABLE

Janvier 2007

CHOREGRAPHE: Franck Trace

TYPE: Line dance, 32 temps, 4 murs

NIVEAU: Novice/Intermédiaire

MUSIQUE: Trust yourself (Carlene Carter)
114 BPM

KICK-BALL-HEEL with 1/4 TURN LEFT, WALK, SHUFFLE FORWARD, ROCK, RECOVER

- 1&2 Coup de pied droit avant , pas PD à côté du PG en faisant $\frac{1}{4}$ tour à gauche, talon G avant
&3.4 Pas PG à côté du PD, pas PD en avant, pas PG en avant
5&6 Pas chassé avant (DGD)
7.8 PG avant , revenir sur PD arrière (Rock step)

COASTER STEP, 1/4 PIVOT LEFT, SAILOR, SAILOR 1/4 TURN LEFT

- 1&2 Reculer PG, amener PD à côté du PG, pas PG avant
3.4 PD avant, $\frac{1}{4}$ de tour à gauche (*PdC sur PG*)
5&6 Croiser PD derrière PG, pas PG côté G, pas PD côté D
7&8 Croiser PG derrière PD en faisant $\frac{1}{4}$ tour à gauche, pas PD côté D, pas PG côté G

SMALL JUMP FORWARD & BACK WITH HOLDS, SHUFFLE FORWARD TWICE

- &1.2 Petit saut avant sur PD, petit saut avant PG à côté du PD, pause + taper dans les mains
&3.4 Petit saut arrière sur PD, petit saut arrière PG à côté du PD, pause + taper dans les mains
Options : pendant les sauts, vous pouvez faire des SHIMMIES
5&6 Pas chassé DGD en diagonale avant droite
7&8 Pas chassé GDG en diagonale avant gauche

ROCK, RECOVER, 1/2 TRIPLE TURN, ROCK, RECOVER, 1/2 TRIPLE TURN

- 1.2 PD avant , revenir sur PG arrière (Rock step)
3&4 Pas chassé DGD en faisant $\frac{1}{2}$ tour à droite
5.6 PG avant , revenir sur PD arrière (Rock step)
7&8 Pas chassé GDG en faisant $\frac{1}{2}$ tour à gauche

KEEP IT COUNTRY!!!!!!!