



SAÔNE COUNTRY  
Association de danse Country  
333 rue de la Mairie  
01480 JASSANS RIOTTIER  
Site : <http://www.saonecountry.com>  
Tel : 04 74 67 32 08 ou 04 74 00 85 97  
Courriel : saonecountry01@gmail.com

## INSECURE

Chorégraphe : Guy Dubé & Manon Poitras (2018)

Traduction : Saône Country

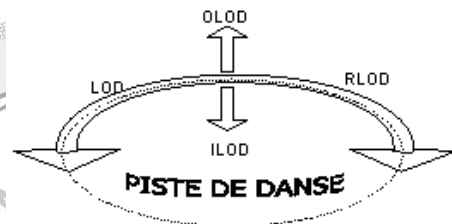
Danse Partner : 48 temps, intermédiaire

🎵 : Insecure par Raelynn

Position: Side by Side, Sweetheart, LOD.

Pas de l'H et la F identiques sauf précision contraire.

Intro : 16 temps



### 2X CROSS SAMBA WALK, WALK, SHUFFLE FORWARD

1&2 PD croise devant PG, PG à G, revenir sur PD

3&4 PG croise devant PD, PD à D, revenir sur PG

5-6 Avancer PD, PG

7&8 Triple step avant PD, PG, PD

### 2X SYNCOPATED ROCK STEP FORWARD), COASTER STEP, SHUFFLE FORWARD

1-2 PG devant, revenir sur PD

& PG rejoint PD

3-4 PD devant, revenir sur PG

5&6 PD derrière, PG rejoint PD et PD devant

7&8 Triple step avant PG, PD, PG

**Restart** ici à la 3ème routine

**H: STEP FORWARD, CROSS BEHIND, TRIPLE STEP, STEP SIDE, TOGETHER, SHUFFLE FORWARD**

**F: STEP BACK, STEP SIDE, WEAVE TO LEFT, STEP FORWARD, TURN 1/2 LEFT AND STEP BACK, SHUFFLE TURN 1/2 LEFT**

Au temps 1, lever les mains D et baisser les mains G. La F passe derrière sous le bras de l'H.

Au temps 2, la F prend la main G de l'H qui est derrière sur sa G

1-2 **H: Avancer PD, PG croise derrière PD**

**F: Reculer PD, PG à G**

Aux temps 3&4, lâcher les mains D

3&4 **H: Triple step sur place (D,G,D)**

**F: PD croise derrière PG, PG à G, PD croise devant**

Aux temps 5-6, lever les mains G au-dessus de la tête de la F

5-6 **H: PG à G, PD rejoint PG**

**F: Avancer PG, 1/2 tour à G et PD croise derrière PG**

(ILOD)

Aux temps 7&8, l'H dirige la F sur sa D et reprend sa main D pour finir en position Sweetheart

7&8 **H: Triple step avant PG, PD, PG**

**F: Triple step sur place (G,D,G) en faisant un 1/2 tour à G (légèrement en diagonale D) (LOD)**

**H: TRIPLE STEP TO RIGHT, ROCK BACK, SHUFFLE IN TURN 1/2 RIGHT, SHUFFLE BACK**  
**F: TRIPLE STEP TO RIGHT, ROCK BACK, TRIPLE STEP ON PLACE, COASTER STEP**

**1&2** Triple step à D (D,G,D)

**3-4** PG croise derrière PD, revenir sur PD

*Aux temps 5&6, lever les mains D en se mettant face à face, les mains en double hand cross position, main D sur main G*

**5&6 H: Triple step sur place (G,D,G) avec 1/2 tour à D** (RLOD)

**F: Triple step sur place (G,D,G)**

**7&8 H: Triple step arrière (D,G,D)**

**F: PD derrière, PG rejoint PD et PD devant**

**H: 2X WALK BACK, SHUFFLE IN TURN 1/2 LEFT, 2X WALK FORWARD, SHUFFLE FORWARD**  
**F: 2X WALK FORWARD, SHUFFLE FORWARD, TURN 1/2 LEFT AND STEP BACK, TURN 1/2 LEFT AND STEP FORWARD, SHUFFLE FORWARD**

**1-2 H: Reculer PG, PD**

**F: Avancer PG, PD**

*Aux temps 3&4, lever les mains D en se mettant côte à côte en Sweetheart Position*

**3&4 H: Triple step sur place (G,D,G) avec 1/2 tour à G** (LOD)

**F: Triple step avant PG, PD, PG**

*Aux temps 5-6, lâcher les mains G et lever les mains D pour finir côte à côte en Sweetheart Position*

**5-6 H: Avancer PD, PG**

**F: 1/2 tour à G et reculer PD, 1/2 tour à G et avancer PG** (LOD)

**7&8** Triple step avant PD, PG, PD

**STEP, TURN 1/4 RIGHT, CROSS SHUFFLE TO RIGHT, SIDE-CROSS, SIDE, SAILOR STEP IN TURN 1/4 LEFT**

**1-2** Avancer PG, 1/4 tour à D avec PDC sur PD (OLOD)

**3&4&5** PG croise devant PD, PD à D, PG croise devant PD, PD à D, PG croise devant PD

**6** PD à D

**7&8** PG croise derrière PD, 1/4 tour à g avec PDC sur PD, PG rejoint PD (LOD)

Recommencez depuis le début et n'oubliez pas de

