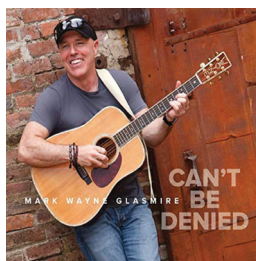


DEEP INSIDE MY HEART

DANSE EN LIGNE - 4 MURS - 32 TEMPS - NOVICE +



Chorégraphe : Martine Canonne et Chrystel Durand (FR - mars 2019)

Musique : «Deep Inside My Heart» de Mark Wayne Glasmire
(Album : Can't Be Denied)

Intro : 2 x 8 comptes - **No Tag No Restart**



Temps	Description des pas	Suggestion de Calling	Direction
Section 1 <i>TRIPLE FORWARD, KICK BALL STEP, MAMBO 1/2 TURN, PIVOT 1/2 TURN, PIVOT 1/4 TURN</i>			
1 & 2	Poser PD devant, rassembler PG à côté PD, poser PD devant	Triple step	Devant
3 & 4	Coup de pied PG devant, poser ball PG à côté PD, poser PD devant	Kick ball step	Devant
5 & 6	Poser PG devant, revenir appui sur PD, 1/2 tour à gauche en posant PG devant (06:00)	Mambo pivot 1/2	Tour à gauche
7 - 8	Pivot 1/2 tour à gauche en posant PD derrière, 1/4 tour à gauche en posant PG à gauche (09:00)	1/2, 1/4	Tour à gauche
Option facile comptes 5 à 8 : Mambo PG (5&6), back PD (7), 1/4 tour à gauche en posant PG à gauche (8)			
Section 2 <i>WEAVE, CROSS ROCK, 1/4 TURN AND TRIPLE FWD, STEP FORWARD, PIVOT 1/2 TURN</i>			
1 & 2 &	Croiser PD devant PG, poser PG à gauche, croiser PD derrière PG, poser PG à gauche	Weave	A gauche
3 - 4	Croiser PD devant PG, revenir appui sur PG	Cross rock	Sur place
5 & 6	1/4 de tour à droite en posant PD devant, rassembler PG à côté PD, poser PD devant (12:00)	1/4 triple step	Tour à droite
7 - 8	Poser PG devant, 1/2 tour à gauche en posant PD derrière (06:00)	step, pivot 1/2	Tour à gauche
Section 3 <i>SWEEP SAILOR L, SAILOR 1/4 R, VAUDEVILLE, 1/2 TURN L</i>			
1 & 2	Poser PG derrière PD avec sweep PG, poser PD à droite, poser PG à gauche	Sweep sailor step	Sur place
3 & 4	Poser PD derrière PG, 1/4 tour à droite en posant PG à gauche, poser PD à droite (Note : ouvrir votre corps dans la diagonale droite) (09:00)	Sailor 1/4	Tour à droite
5 & 6 & 7	Croiser PG devant PD, poser PD à droite, toucher talon PG diagonale gauche, rassembler PG à côté du PD, croiser PD devant PG	Vaudeville	A droite
8	1/2 tour à gauche en restant en appui sur PD (03:00)	1/2	Tour à gauche
Section 4 <i>COASTER STEP, GALLOP 1/2 TURN R, OUT-OUT, APPLE JACK (OR HEELS FAN)</i>			
1 & 2	Poser ball PG derrière, rassembler ball PD à côté PG, poser PG devant	Coaster step	Sur place
3 & 4 &	Faire 1/2 tour à droite en posant PD devant, rassembler PG à côté PD, poser PD devant, rassembler PG à côté PD (09:00)	Gallop 1/2	Tour à droite
5 - 6	Poser PD à droite, poser PG à gauche	Out-out	Sur place
7 & 8 &	Pivoter talon PD & pointe PG à gauche, revenir au centre avec transfert de poids, pivoter talon PG & pointe PD à droite, revenir au centre avec transfert de poids (09:00)	Apple jack	Sur place
Option facile comptes 7&8& : Heel fan PD, revenir au centre, heel fan PG, revenir au centre			
FINAL : commencer la section 4 et modifier le GALLOP avec un 1/4 de tour à droite			