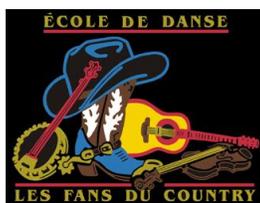


# MY VERONICA

**Danse** : 4 murs (64 temps), débutant/intermédiaire  
**Chorégraphes** : Peter Metelnick & Alison Gibbs (Mars 2006)  
**Musique** : Veronica (Barbados) – 160 BPM – intro 16 temps

- 1 – 8 LEFT FORWARD BOX**  
1, 2, 3, 4 Pied G à gauche + assembler pied D au pied G + pied G avant + pause  
5, 6, 7, 8 Pied D à droite + assembler pied G au pied D + pied D arrière + pause
- 9 – 16 1/4 LEFT & LEFT FORWARD BOX**  
1, 2, 3, 4 Tourner ¼ tour à gauche & pied G à gauche + assembler pied D au pied G + pied G avant + pause (9h00)  
5, 6, 7, 8 Pied D à droite + assembler pied G au pied D + pied D arrière + pause
- 17 – 24 LEFT TRIPLE TURNING 1/4 TURN LEFT, HOLD, RIGHT FORWARD, 1/2 LEFT PIVOT TURN, RIGHT FORWARD, HOLD**  
1, 2, 3, 4 Pied G à gauche + assembler pied D au pied G + tourner ¼ tour à gauche & pied G avant + pause (6h00)  
5, 6, 7, 8 Pied D avant + pivot ½ tour à gauche + pied D avant + pause (12h00)
- 25 – 32 RIGHT FULL TURN FORWARD TRIPLE STEP, HOLD, RIGHT FORWARD TRIPLE STEP, HOLD**  
1, 2, 3, 4 Tourner ½ tour à droite & pied G arrière + tourner ½ tour à droite & pied D avant + pied G avant + pause  
**Option :** Pied G avant + assembler pied D au pied G + pied G avant + pause  
5, 6, 7, 8 Pied D avant + tourner ½ tour à droite & pied G arrière + tourner ½ tour à droite & pied D avant + pause  
**Option :** Pied D avant + assembler pied G au pied D + pied D avant + pause  
**Note :** Le 2<sup>e</sup> tour complet peut être tourné à gauche mais toujours en progressant vers l'avant
- 33 – 40 1/4 RIGHT & LEFT SIDE ROCK & RECOVER, LEFT CROSS STEP, HOLD (OR LEFT TOE STRUT), VINE RIGHT, CROSS**  
1, 2, 3, 4 Tourner ¼ tour à droite & rock pied G à gauche + revenir sur pied D + croiser pied G devant pied D + pause (ou exécuter un plante/talon sur les compte 3, 4) (3h00)  
5, 6, 7, 8 Pied D à droite + croiser pied G derrière pied D + pied D à droite + croiser pied G devant pied D
- 41 – 48 RIGHT SIDE, LEFT BACK ROCK & RECOVER, LEFT SIDE, RIGHT BACK ROCK & RECOVER, RIGHT FORWARD, HOLD**  
1, 2, 3, 4 Pied D à droite + rock pied G arrière + revenir sur pied D + pied G à gauche  
5, 6, 7, 8 Rock pied D arrière + revenir sur pied G + pied D avant + pause
- 49 – 56 LEFT FORWARD, 1/2 RIGHT PIVOT TURN, LEFT FORWARD, HOLD, RIGHT SIDE ROCK & RECOVER, RIGHT TOGETHER, LEFT HEEL FORWARD**  
1, 2, 3, 4 Pied G avant + pivot ½ tour à droite + pied G avant + pause (9h00)  
5, 6, 7, 8 Rock pied D à droite + revenir sur pied G + assembler pied D au pied G + talon G avant
- 57 – 64 LEFT SIDE ROCK & RECOVER, LEFT TOGETHER, 1/2 RIGHT MONTEREY ENDING WITH LEFT TOUCH TOGETHER**  
1, 2, 3, 4 Rock pied G à gauche + revenir sur pied D + assembler pied G au pied D + pause  
5, 6, 7, 8 Pointer pied D à droite + tourner ½ tour à droite & assembler pied D au pied G + pointer pied G à gauche + pointer pied G au pied D (3h00)
- Finale :** La danse se termine face au mur du départ. Danser jusqu'au compte 28 et ajouter 2 coups de hanches rapides DG sur la note finale de la musique & pause



Traduite par : Johane Beudet, prof. diplômée APDEL  
École de Danse **LES FANS DU COUNTRY** Enr.  
Téléphone : 819 758-4951  
Courriel : [beudetlegare@sympatico.ca](mailto:beudetlegare@sympatico.ca)  
Site web : [www.lesfansducountry.com](http://www.lesfansducountry.com)  
Référence : <http://www.thedancefactoryuk.co.uk>