



<https://www.stepbystep-countrydance.com>

SO UNHEALTHY

Heather BARTON (SCO)

July 2023



Type :	32 T - 4 murs – Polka – Linedance
Niveau :	Improver
Musique :	« Unhealthy » (feat. Shania Twain) – Anne Marie
Traduction :	Pascale BOUDINET - 06 10 74 48 10 - Mail: stepbystep.countrydance@gmail.com
Source :	CopperKnob – Workshop St Alban de Roche avec Country Passion le 20 janvier 2024
Vidéo Démo :	https://www.youtube.com/watch?v=m3cMKCfMX4w
Vidéo Tuto :	https://www.youtube.com/watch?v=w2O3VYt8del&t=100s

INTRO : Avant de commencer la danse, nous danserons 4 fois 2 sections de 8 cptes soit 64 cptes d'intro

I1 (1-8) STEP FWD-SWEEP – CROSS – SIDE – BEHIND – BEHIND – SIDE

1. 2 PD devant – Sweep PG d'arrière vers l'avant
3. 4 Croiser PG devant PD – PD à droite
5. 6 PG croisé derrière PD – Sweep PD de devant vers l'arrière
7. 8 PD croisé derrière PG – PG à gauche

I2 (9-16) CROSS ROCK-RECOVER – CHASSE 1/4 TURN – ROCK FWD-RECOVER – LARGE STEP BACK – HOOK

1. 2 Rock Step PD croisé devant PG – Revenir sur PG
 - 3& 4 PD à droite – PG à côté PG – 1/4 de tour à droite avec PD devant 03:00
 5. 6 Rock Step avant PG – Revenir sur PD
 7. 8 Grand pas en arrière PG – Hook PD croisé devant PG
- Note : A la 4ème répétition remplacer le dernier compte (16) par un Touch PD à côté du PG

DANSE PRINCIPALE :

S1 (1-8) SIDE ROCK/RECOVER – VAUDEVILLE – CROSS – 1/4 BACK – SHUFFLE BACK

1. 2 Rock Step PD à droite – Revenir du PG
- 3& 4 PD croisé devant PG – PG à gauche – Talon D en diag avant droite – Ball PD à côté à côté PG
5. 6 PG croisé devant PD – 1/4 de tour à gauche avec PD derrière 09:00
- 7& 8 PG derrière – PD à côté PG – PG derrière

S2 (9-16) ROCK BACK/RECOVER – CROSS SAMBA – WEAVE

1. 2 Rock Step Arrière PD – Revenir sur PG
- 3& 4 PD croisé devant PG – Rock Step PG à gauche – Revenir sur PD
5. 6 PG croisé devant PD – PD à droite
7. 8 PG croisé derrière PD – PD à droite

S3 (17-24) CROSS ROCK/RECOVER – CHASSE 1/4 TURN – 1/4 POINT – FLICK – CROSS SHUFFLE

1. 2 Rock Step PG croisé devant PD – Revenir sur PD
- 3& 4 PG à gauche – PD à côté PG – 1/4 de tour à gauche avec PG devant 06:00
5. 6 1/4 de tour à gauche sur PG avec Pointe PD à droite – Flick PD 03:00
7. 8 PD croisé devant PG – PG à gauche – PD croisé devant PG

S4 (25-32) 1/2 HINGE TURN – CROSS ROCK/RECOVER – SIDE – HOLD – BALL – SIDE – TOUCH

1. 2 1/4 de tour à droite avec PG derrière – 1/4 de tour à droite avec PD à droite 09:00
3. 4 Rock Step PG croisé devant PD – Revenir sur PD
5. 6 PG à gauche – Pause
- & 7. 8 Ball PD à côté PG – PG à gauche – Touch PD à côté PG

