



# SAFE HAVEN

(Un asile sûr)

**Chorégraphes:** Séverine Fillion & Bruno Morel  
**Niveau :** Intermédiaire  
**Danse :** En ligne 64 temps 2 murs 3 restarts Pot commun Mayennais 2019  
**Notes :** Les chiffres entourés indiquent un hold — La flèche indique le sens de la danse ↻  
Lorsque des heures sont indiquées, elles le sont pour un départ à 12h

## Description des pas :

### Séquence 1 (1 à 8) : Weave, scissors, hold

1-2-3-4	Vague à D :	{ Poser le PD à D, croiser le PG derrière le PD poser le PD à D, croiser le PG devant le PD
5-6-7	Scissors :	Poser le PD à D, poser le PG près du PD, croiser le PD devant le PG
⑧	Hold :	Hold

**Option sur 5-6-7-8** Poser le PD à D, poser le PG près du PD, croiser la plante du PD devant le PD, poser le talon D au sol

### Séquence 2 (9 à 16) : Toe strut ¼ turn back, toe strut ¼ turn forward, step lock step, scuff

1-2	Pointe G ¼ T à D, pose :	Reculer la pointe du PG ¼ T à D en arrière, poser le talon au sol ( <b>3h</b> )
3-4	Pointe D ¼ T à D, pose :	Avancer la pointe du PD ¼ T à D en avant, poser le talon au sol ( <b>6h</b> )
5-6-7	Avance, croise, avance :	Avancer le PG, croiser le PD derrière le PG, avancer le PG
8	Scuff :	Frotter le talon Du PD vers l'avant

### Séquence 3 (17 à 24) : Cross back rock jump, cross back rock jump, back rock, stomp, hold

1-2	Croise, kick :	En reculant : Croiser le PD devant le PG, reprendre le PDC sur le PG avec un kick PD devant
3-4	Croise, kick :	En reculant : Croiser le PD devant le PG, reprendre le PDC sur le PG avec un kick PD devant
5-6	Rock arrière/kick :	Reculer le PD avec un kick PG devant, reprendre le PDC sur le PG
7-⑧	Stomp, hold :	Stomp PD devant, hold (PDC sur le PD)

### Séquence 4 (25 à 32) : Point side, cross, point side, ¼ turn, point side, cross, point side, ¼ turn /hook forward

1-2	Pointe à G, croise :	Pointer le PG à G, croiser le PG devant le PD
3-4	Pointe à D, ¼ T à D :	Pointer le PD à D, poser le PD près du PG avec ¼ T à D (PDC sur le PD) ( <b>9h</b> )
5-6	Pointe à G, croise :	Pointer le PG à G, croiser le PG devant le PD
7-8	Pointe à D, ¼ T à D hook :	Pointer le PD à D, hook PD devant la jambe G avec ¼ T à D ( <b>12h</b> ) (Restarts ici)



**Séquence 5 (33 à 40) : Step, hold, step, hold, step, ½ turn, ½ turn, hold**

1-②	Avance, hold :	Avancer le PD, hold
3-④	Avance, hold :	Avancer le PG, hold
5-6	Avance, ½ T à G :	Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG après ½ T à G (6h)
7-⑧	½ T à G, hold :	Reculer le PD avec ½ T à G, hold (12h)

**Séquence 6 (41 à 48) : Slow coaster step, hold, kick, kick, back rock**

1-2-3	Coaster step lent :	Reculer le PG, poser le PD près du PG, avancer le PG
④	Hold :	Hold
5-6	Kick, kick :	Kick PD devant, kick PD devant (Final ici)
7-8	Rock arrière :	Reculer le PD, reprendre le PDC sur le PG (Restart ici)

**Séquence 7 (49 à 56) : Kick, kick, back step, hold, rock ½ turn, back step, hold**

1-2	Kick, kick :	Kick PD devant, kick PD devant
3-④	Recule, hold :	Poser le PD derrière, hold
5-6	Rock ½ T à G :	Avancer le PG avec ½ T à G, reprendre le PDC sur le PD (6h)
7-⑧	Recule, hold :	Reculer le PG, hold

**Séquence 8 (57 à 64) : Scissors back, stomp, swivels, hook**

1-2-3	Scissors arrière :	Reculer le PD en diagonale arrière D, poser le PG près du PD, croiser le PD devant le PG
4	Stomp :	Stomp PG près du PD (Finir avec la pointe du PD tournée vers l'intérieur dans le cas de l'option)
5-6-7	Pointe, talon, pointe :	Tourner la pointe du PG vers la G, tourner le talon du PG vers la G, tourner la pointe du PG vers la G
8	Hook :	Hook PD derrière la jambe G

**Option sur 5-6-7 : Pas du pigeon :** Ouvrir les 2 pointes (↖↗), ouvrir les 2 talons (↗↖), ouvrir les 2 pointes (↖↗)

**Restart au cours du 3<sup>ème</sup> mur (Départ à 12h)** Danser les 4 premières séquences (Jusqu'à : «Hook PD devant») et reprendre la danse au début à 12h

**Restart au cours du 5<sup>ème</sup> mur (Départ à 6h)** Danser les 6 premières séquences (Jusqu'à : «Kick, kick, rock arrière») et reprendre la danse au début à 6h

**Restart au cours du 7<sup>ème</sup> mur (Départ à 12h)** Danser les 4 premières séquences (Jusqu'à : «Hook PD devant») et reprendre la danse au début à 12h