

2 HELL AND BACK

Chorégraphe: Kate Sala
 Description: ligne..... 32 temps, 2 murs, POLKA
 Niveau: Débutants
 Musique: 116 bpm Rodney Atkins "If you're going through hell"



8+32 temps, commencer à danser sur le chant

1-8 RIGHT SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, SIDE & 1/4 TURN RIGHT, CROSS SHUFFLE

1-2	ROCK STEP LATERAL D	PD à D	ramener PdC dur PG	
3&4	CROSS SHUFFLE D vers G	croiser PD devant PG	PG à G	croiser PD devant PG
5-6		PG à G	1/4 à D avec PD à D	
7&8	CROSS SHUFFLE G vers D	croiser PG devant PD	PD à D	croiser PG devant PD

9-16 RIGHT SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, SIDE & 1/4 TURN RIGHT, CROSS SHUFFLE

1-2	ROCK STEP LATERAL D	PD à D	ramener PdC dur PG	
3&4	CROSS SHUFFLE D vers G	croiser PD devant PG	PG à G	croiser PD devant PG
5-6		PG à G	1/4 à D avec PD à D	
7&8	CROSS SHUFFLE G vers D	croiser PG devant PD	PD à D	croiser PG devant PD

17-24 TOUCH RIGHT SIDE, TOUCH LEFT HELL, FORWARD, RIGHT KICK AND COASTER STEP FORWARD, TOUCH STEP BACK

1		pointe PD à D		
&2	SWITCH	ramener PD à côté du PG	talon G devant	
&3	SWITCH	ramener PG à côté du PD	kick PD avant	
4&5	COASTER STEP D	PD derrière sur ball	ramener PG à côté PD sur ball	PD devant
6-7-8		PG devant	tap pointe PD derrière PG	PD derrière

25-32 LEFT SHUFFLE BACK, RIGHT COASTER STEP, WALK CLAP, WALK CLAP, LEFT SIDE, ROCK CROSS

1&2	SHUFFLE G ARRIERE	PG derrière	ramener PD à côté du PG	PG derrière
3&4	COASTER STEP D	PD derrière sur ball	ramener PG à côté PD sur ball	PD devant
5&6&		PG devant	clap PD devant	clap
7&8		PG à G	ramener PdC dur PD	croiser PG devant PD

Recommencez depuis le début... Amusez-vous... Souriez...