

Help ! (Fr)

LINEDANCE.COM

Count: 64

Wall: 4

Level: Intermédiaire

Choreographer: Adriano Castagnoli (Wild Country) - ITALIE / Avril 2010

Music: Sassafras Gap - Lee KERNAGHAN - BPM 160

Alt. - Heaven Help The Heart - Aaron WATSON - BPM 212

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 9 / 2015

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 8 + 32 = 40 temps

SWIVEL RIGHT, HOOK, STEP, HOOK, ROCK BACK, STOMP

1.2SWIVEL des pointes sur diagonale D - SWIVEL des talons sur diagonale D

3.4.5HOOK PD devant cheville G - pas PD avant - HOOK PG derrière jambe D

6.7.8JUMP sur PG arrière , revenir JUMP sur PD avant - STOMP-up sur PG

FLICK UP, STOMP, HOOK & TURN ¼ TO LEFT, STOMP, HEEL SPLIT, PIVOT ¾ LEFT

1.2FLICK PG de côté , légèrement arrière - STOMP PG

3.4HOOK PG devant cheville D , avec 1/4 de tour G - STOMP PG avant

5.6HEEL SPLIT : écarter les talons - resserrer les talons

7.8pas PD avant - 3/4 de tour PIVOT vers G (appui PG)

GRAPEVINE RIGHT ¼ TURN, HOLD, PIVOT ½ RIGHT, STEP, SCUFF

1.2.3TURNING VINE à D : pas PD côté D - CROSS PG derrière PD - 1/4 de tour D pas PD avant

4HOLD

5.6pas PG avant - 1/2 tour PIVOT vers D (appui PD)

7.8pas PG sur diagonale avant G - SCUFF talon D à côté du PG

JUMPING JAZZ BOX TURN ¼ RIGHT AND TOE, PENDULUM LEFT, KICK, STOMP

1 - 4JUMPING JAZZ BOX : JUMP - CROSS PD par-dessus PG - JUMP sur PG arrière + KICK PD avant 1/4 de tour D JUMP sur PD avant - TOUCH pointe PG arrière

5.6FLICK talon G sur diagonale arrière G - HOOK PG devant cheville D

7.8KICK PG avant - STOMP PG

RESTART : Musique de Lee Kernaghan, après 32 temps, du 3ème mur et du 4ème mur, reprenez la DANSE au début

Musique de Aaron Watson, après 32 temps, du 3ème mur, reprenez la DANSE au début

TWIST TO LEFT, STOMP, KICK, HOOK, KICK, STOMP

1.2.3SWIVEL des talons sur diagonale G - SWIVEL des pointes sur diagonale G - SWIVEL des talons sur diagonale G

4.5.6STOMP PD - KICK PD avant - HOOK PD devant cheville G

7.8KICK PD avant - STOMP PD

KICK BACK, STOMP, TURN ¼ RIGHT AND KICK, STOMP, ROCK BACK, HITCH AND SLAP, STOMP

1.2FLICK PD arrière - STOMP PD

3.41/4 de tour D KICK PD avant - STOMP PD

5.6ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant

7.8HITCH genou D devant + SNAP main D sur genou D - STOMP PD avant

SWIVEL HEELS, turn ½ left, HOLD, COASTER STEP LEFT, SCUFF

1.2SWIVEL des talons sur diagonale D - SWIVEL des talons au centre

3.4SWIVEL des talons sur diagonale D , avec 1/2 tour G - HOLD

5.6.7SLOW COASTER STEP G : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant

8SCUFF talon D à côté du PG

LOCK FORWARD RIGHT, TOE, ROCK BACK LEFT, STOMP (TWICE)

1.2.3STEP-LOCK-STEP D avant : pas PD avant - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) - pas PD avant

4TOUCH pointe PG arrière

5.6ROCK STEP G arrière , revenir sur PD avant

7.8STOMP PG à côté du PD - STOMP PG à côté du PD

Source: LineDance.com — https://www.linedance.com/index.php?f=dance_view&id=107709