Hold On (fr)

拍数: 104 **墙数:** 2 **级数:** Intermédiaire Phrasée
编舞者: Bruno Penet (FR) - Août 2019
音乐: Hold On - Andy Brown : (CD: Cedarmont - 2018)

SEQUENCE : A – B – A – B – C – A – B – C - C – A – B – B – C – C(Final)

La danse commence après 4 comptes

PARTIE A (56 Count)
SECT 1 : OUT-OUT – STEP BACK – COASTER STEP – WEAVE – SCISSOR STEP

1&2	Avancer talon droit diagonale droite, avancer talon gauche diagonale gauche (au même niveau que le pied droit), reculer pied droit
3&4	Reculer pied gauche, assembler pied droit, avancer pied gauche
&5&6	Ecart pied droit, croiser pied gauche derrière pied droit, écart pied droit, croiser pied gauche devant pied droit
7&8	Ecart pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, croiser pied droit devant pied gauche

SECT 2 : FULL TURN LEFT– SIDE ROCK CROSS – STEP FORWARD

1-2	En pivotant ¼ de tour à gauche avancer pied gauche (9 :00), en pivotant ½ tour à gauche reculer pied droit (3 :00)
3-4	En pivotant ¼ de tour à gauche écart pied gauche, croiser pied droit devant pied gauche (12 :00)
5-6	Ecart pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit
7-8	Croiser pied gauche devant pied droit, avancer pied droit

SECT 3 : OUT-OUT – STEP BACK – COASTER STEP – WEAVE – SCISSOR STEP

1&2	Avancer talon gauche diagonale gauche, avancer talon droit diagonale droite (au même niveau que le pied gauche), reculer pied gauche
3&4	Reculer pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, avancer pied droit
&5&6	Ecart pied gauche, croiser pied droit derrière pied gauche, écart pied gauche, croiser pied droit devant pied gauche
7&8	Ecart pied gauche, assembler pied droit, croiser pied gauche devant pied droit

SECT 4 : FULL TURN RIGHT – SIDE ROCK CROSS – STEP FORWARD

1-2	En pivotant ¼ de tour à droite avancer pied droit (3 :00), en pivotant ½ tour à droite reculer pied gauche (9 :00)
3-4	En pivotant ¼ de tour à droite écart pied droit, croiser pied gauche devant pied droit (12 :00)
5-6	Ecart pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
7-8	Croiser pied droit devant pied gauche, avancer pied gauche

SECT 5 : STEP FORWARD – ½ TURN – SHUFFLE FORWARD – ¼ TURN SIDE ROCK – BEHIND SIDE CROSS

1-2	Avancer pied droit, pivoter ½ tour à gauche (poids du corps finit sur pied gauche) (6 :00)
3&4	Avancer pied droit, assembler pied gauche, avancer pied droit
5-6	En pivotant ¼ de tour à droite écart pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit (9 :00)
7&8	Croiser pied gauche derrière pied droit, écart pied droit, croiser pied gauche devant pied droit

SECT 6 : SIDE STEP – HOLD – BESIDE SIDE STEP – SCUFF – CROSS ROCK – ¼ TURN SHUFFLE

1-2	Ecart pied droit, pause
&3-4	Assembler pied gauche, écart pied droit, petit coup de talon gauche sur le sol

5-6	Croiser pied gauche devant pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied droit
7&8	En pivotant ¼ de tour à gauche avancer pied gauche, assembler pied droit, avancer pied gauche (6 :00)

SECT 7 : (ON DIAGONAL RIGHT) STEP RIGHT, STEP LEFT BEHIND – STEP LOCK STEP – (ON DIAGONAL LEFT) STEP LEFT, STEP RIGHT BEHIND – STEP LEFT – STOMP RIGHT

1-2	(diagonale droite) Avancer pied droit, avancer pied gauche croisé derrière pied droit
3&4	(diagonale droite) Avancer pied droit, avancer pied gauche croisé derrière pied gauche, avancer pied droit
5-6	(diagonale gauche) Avancer pied gauche, avancer pied droit croisé derrière pied gauche
7-8	(diagonale gauche) Avancer pied gauche, frapper pied droit sur le sol à côté du pied gauche

PARTIE B (32 Count)

SECT 1 : JUMP DIAGONAL AND TOUCH – JUMP BACK & TOUCH – ROCK BACK & STOMP – SWIVEL – CROSS ROCK – STEP SIDE

&1&2	(en sautant) Ecart pied droit diagonale droite, toucher pointe pied gauche à côté du pied droit, Retour pied gauche au centre, toucher pointe pied droit à côté du pied gauche
3&4	Reculer pied droit (en sautant et en donnant un petit coup de pied gauche vers l'avant), retour poids du corps sur pied gauche, frapper pied droit sur le sol
5&6	Déplacer à droite pointe pied droit, talon droit, pointe pied droit
7&8	Croiser pied gauche devant pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied droit, écart pied gauche

SECT 2 : CROSS ROCK – STEP SIDE – ½ TURN – SHUFFLE FORWARD – FULL TURN

1&2	Croiser pied droit devant pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied gauche, écart pied droit
3-4	Avancer pied gauche, pivoter ½ tour à droite (poids du corps finit sur pied droit)
5&6	Avancer pied gauche, assembler pied droit, avancer pied gauche
7-8	En pivotant ½ tour à gauche reculer pied droit, en pivotant ½ tour à gauche avancer pied gauche

SECT 3 : JUMP DIAGONAL AND TOUCH – JUMP BACK & TOUCH – ROCK BACK & STOMP – SWIVEL – CROSS ROCK – STEP SIDE

&1&2	(en sautant) Ecart pied droit diagonale droite, toucher pointe pied gauche à côté du pied droit, Retour pied gauche au centre (en sautant), toucher pointe pied droit à côté du pied gauche
3&4	Reculer pied droit (en sautant et en donnant un petit coup de pied gauche vers l'avant), retour poids du corps sur pied gauche, frapper pied droit sur le sol
5&6	Déplacer à droite pointe pied droit, talon droit, pointe pied droit
7&8	Croiser pied gauche devant pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied droit, écart pied gauche

SECT 4 : CROSS ROCK – STEP SIDE – ½ TURN – SHUFFLE FORWARD – FULL TURN

1&2	Croiser pied droit devant pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied gauche, écart pied droit
3-4	Avancer pied gauche, pivoter ½ tour à droite (poids du corps finit sur pied droit)
5&6	Avancer pied gauche, assembler pied droit, avancer pied gauche
7-8	En pivotant ½ tour à gauche reculer pied droit, en pivotant ½ tour à gauche avancer pied gauche

PARTIE C (16 Count)

SECT 1 : CHASSE RIGHT – ROCK BACK – RECOVER – CHASSE LEFT – ½ TURN STEP SIDE – STOMP

1&2	Ecart pied droit, assembler pied gauche, écart pied droit
3-4	Reculer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit
5&6	Ecart pied gauche, assembler pied droit, écart pied gauche
7-8	En pivotant ½ tour à droite écart pied droit, frapper pied gauche sur le sol à côté du pied droit

SECT 2 : CHASSE RIGHT – ROCK BACK – RECOVER – CHASSE LEFT – ROCK STEP

1&2	Ecart pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, écart pied droit
3-4	Reculer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
5&6	Ecart pied gauche, assembler pied droit, écart pied gauche
7-8	Reculer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche

PARTIE C (Final)

Remplacer dans la partie C les comptes 7-8 de la 2ème section par les pas suivants :

7&8	En pivotant ½ tour à droite avancer pied droit, assembler pied gauche, avancer pied droit

option : Full Turn

9	Avancer pied gauche

REPEAT

WORKSHOP – Bal Country Pour Paloma organisé par THE HAPPY HEELS
le samedi 14 Septembre 2019 - Châlette Sur Loing (45120)