

Hold On (fr)

COPPER KNOB
STEPSHEETS

拍数: 64 墙数: 1 级数: avancé phrasée
编舞者: Géraldine Beluche (FR) & Stéphanie Bijon (FR) - Avril 2025
音乐: Hold On - Chord Overstreet



Séquence : AB AB AB

Intro : 16 comptes

Part A : 32 comptes toujours face à 12:00

[1-8] STEP BACK R W/ SWEEP L, BEHIND SIDE 1/8 R STEP FWD, RUN R L R W/ HITCH, STEP BACK L, STEP BACK R, 1/4 L W/ SWAY L, SWAY R, SWAY L

- 1 Pas PD en arrière avec sweep G de l'avant vers l'arrière (1)
- 2&3 Croiser PG derrière PD (2), Pas PD à D (&), 1/8 de tour à D, pas PG en avant (3) 01:30
- 4&5 Run D en avant (4), Run G en avant (&), Run D en avant avec hitch du PG (5)
- 6&7 Pas PG en arrière (6), Pas PD en arrière (&), 1/4 de tour à G, pas PG à G avec sway G (7) 10:30
- 8& Sway D (8), Sway G (&)

[9-16] 1/8 R STEP R FWD W/ SWEEP L, CROSS L, 1/4 L STEP BACK R, 1/4 L STEP L FWD, FULL TURN L, 1/2 L STEP BACK R W/ SWEEP L, BEHIND SIDE CROSS ROCK L, RECOVER R, 1/4 L STEP L FWD

- 1 1/8 de tour à D, Pas PD en avant avec sweep PG d'arrière en avant (1) 12:00
- 2&3 Croiser PG devant PD (2), 1/4 de tour à G, pas PD en arrière (&), 1/4 de tour à G, pas PG en avant (3) 06:00
- 4&5 1/2 tour à G, pas PD en arrière (4), 1/2 tour à G, pas PG en avant (&), 1/2 tour à G, pas PD en arrière avec sweep PG d'avant en arrière (5) 12:00
- 6&7 Croiser PG derrière PD (6), Pas PD à D (&), Rock PG devant PD (7)
- 8& Revenir sur PD (8), 1/4 de tour à G, pas PG en avant (&) 09:00

[17-24] 1/4 TURN L STEP R SIDE W/ARM, BEHIND 1/4 TURN R, SIDE ROCK L 1/4 TURN, RECOVER R, RUN L R, ROCK L FWD, RECOVER R, STEP BACK L, 1/4 TURN R W/ARM, CROSS ROCK L, RECOVER R

- 1 1/4 de tour à G, pas PD à D en poussant le bras droit vers la G, avec la paume ouverte face au mur, au niveau de la poitrine et en regardant à G (1) 06:00
- 2&3 Croiser PG derrière PD (2), 1/4 de tour à D, pas PD en avant (&), 1/4 de tour à D, rock PG à G (3) 12:00
- &4&5 Revenir sur PD (&), Run G en avant (4), Run D en avant (&), Rock PG devant (5)
- 6&7 Revenir sur PD (6), Pas PG en arrière (&), 1/4 de tour à D, pas PD à D en baissant le bras G à G et le remontant à D en 1/2 cercle (7) 03:00
- 8& Cross Rock PG devant PD (8), Revenir sur PD (&)

[25-32] 1/4 L STEP L FWD, R STEP TURN 1/2 L W/ R ARM, 1/4 L STEP R SIDE, ARMS MOVEMENT, CROSS R, 1/4 R STEP L BACK, ROCK BACK R, RECOVER L, FULL TURN L, STEP R FWD

- 1 1/4 de tour à G, pas PG en avant (1) 12:00
- 2&3 Pas PD en avant en levant le bras D vers l'avant et le ramenant vers soi (2), 1/2 tour à G, pas PG en avant (&), 1/4 de tour à G, rock PD à D (3) 03:00
- &4&5 Revenir sur PG (&), Faire un mouvement de battement de coeur avec les mains sur les comptes 4&, Croiser PD devant PG (5)

Note : Mouvement de coeur seulement sur les 2 premiers A. Faire Hold sur les comptes 4& du dernier A

- 6&7 1/4 de tour à D, pas PG en arrière (6), Rock PD en arrière (&), Revenir sur PG (7) 06:00
- &8& 1/2 de tour à G, pas PD en arrière (&), 1/2 tour à G, pas PG en avant (8), Pas PD en avant (&)

Part B : 32 counts

[1-8] STEP L SIDE, ARMS MOVEMENT, STEP BACK R, STEP BACK L, BACK ROCK R W/ ARM MOVEMENT, RECOVER L FWD, R STEP TURN L

- 1 Pas PG à G (1)

- 2&3& Lever le bras D devant à hauteur de poitrine avec les paumes ouvertes face au mur (2), Lever le bras G devant à hauteur de poitrine avec les paumes ouvertes face au mur (&), Fermer le poing D et le ramener vers soi (3), Fermer le poing G et le ramener vers soi (&)
- 4&5 Pas PD en arrière (4), Pas PG en arrière (&), Rock PD en regardant à D et en levant son bras D avec l'index pointé à D (5)
- 6-7-8 Revenir sur PG (6), Pas PD en avant (7), ½ tour à G, pas PG en avant (8) 12:00

[9-16] CLOSE R, STEP BACK L & R W/ ARM MOVEMENT, ¼ L STEP L SIDE W/SWAY L, SWAY R & L, BASIC NC R W/ARM, ¼ L STEP L FWD, ROCK R FWD, RECOVER L

- 1 Assembler PD à côté du PG (1)
- 2&3 Pas PG en arrière en ramenant le bras G vers soi (2), Pas PD en arrière en ramenant le bras D vers soi (&), ¼ de tour à G, pas PG à G avec sway G (3) 09:00
- 4& Sway D (4), Sway G (&)
- 5-6& Pas PD à D en regardant à D et en levant son bras D avec l'index pointé à D (5), Pas PG derrière PD (6), Croiser PD devant PG (&)
- 7-8& ¼ de tour à G, pas PG en avant (7), Rock PD en avant (8), Revenir sur PG (&) 06:00

[17-24] CLOSE R W/ARM R, ARM L, CLOSE ARMS, BASIC R, ¼ L STEP L FWD AND ½ L W/ARABESQUE, STEP R BACK AND ½ L W/ SWEEP, STEP L FWD, ¼ L SIDE ROCK R

- 1-2-3 Assembler PD à côté du PG en levant le bras D à D (1), Lever le bras G à G (2), Ramener les 2 bras vers sa poitrine et plier légèrement les genoux (3)
- 45& Pas PD à D (4), Pas PG derrière PD (5), Croiser PD devant PG (&)
- 6-7 ¼ de tour à G, pas PG devant avec ½ tour à G et une arabesque du PD (6), Pas PD en arrière avec ½ tour à G et un sweep du PG (7) 03:00
- 8& Pas PG en avant (8), ¼ de tour à G, rock PD à D (&) 12:00

[25-32] RECOVER L, ARMS MOVEMENT, STEP BACK R, STEP BACK L, BACK ROCK R W/ ARM MOVEMENT, RECOVER W/SWAY L, SWAY R, ¼ L STEP L FWD, R STEP TURN 1/2 L, TURN ½ L

- 1 Revenir sur PG (1)
- 2&3& Lever le bras D devant à hauteur de poitrine avec les paumes ouvertes face au mur (2), Lever le bras G devant à hauteur de poitrine avec les paumes ouvertes face au mur (&), Fermer le poing D et le ramener vers soi (3), Fermer le poing G et le ramener vers soi (&)
- 4&5 Pas PD en arrière (4), Pas PG en arrière (&), Rock PD en regardant à D et en levant son bras D avec l'index pointé à D (5)
- 6&7 Revenir sur PG avec sway G (6), Sway D (&), ¼ de tour à G, pas PG en avant (7) 12:00
- 8& Pas PD en avant (8), ½ tour à G, pas PG en avant (&), ½ tour à G, pas PD en arrière et sweep G (1er compte de la partie A)
-