



2 HELL AND BACK



Chorégraphie : Kate Sala (avril 2006)

Description : Line dance, 2 murs, 32 temps – Style Smooth

Niveau : Débutant

Musique : If You're Going Through Hell / Rodney Atkins – 116 Bpm

Début de la danse sur le vocal, après une intro de 40 temps

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

1-2 Pas PD à D, reprise d'appui sur PG

3&4 Pas chassé croisé à G (D.G.D. avec PD devant PG)

5-6 Pas PG à G, $\frac{1}{4}$ de tour à D avec pas PD à D

7&8 Pas chassé croisé à D (G.D.G. avec PG devant PD)

3h00

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

1-2 Pas PD à D, reprise d'appui sur PG

3&4 Pas chassé croisé à G (D.G.D. avec PD devant PG)

5-6 Pas PG à G, $\frac{1}{4}$ de tour à D avec pas PD à D

7&8 Pas chassé croisé à D (G.D.G. avec PG devant PD)

6H00

17 à 24 TOUCH RIGHT SIDE, TOUCH LEFT HEEL FORWARD, RIGHT KICK & COASTER STEP, STEP FORWARD, TOUCH STEP BACK

1&2& Touche pointe PD à D, ramène PD à côté PG, touche talon G devant, ramène PG à côté PD

3 Coup de PD vers l'avant (kick)

4&5 Pas PD en arrière, pas PG à côté du PD, pas PD en avant

6-7-8 Pas PG en avant, touche pointe PD à côté du PG, pas PD en arrière

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

1&2 Pas chassé en arrière (G.D.G.)

3&4 Pas PD en arrière, pas PG à côté du PD, pas PD en avant

5&6& Pas PG en avant, tape des mains (clap), pas PD en avant, tape des mains (clap)

7-8 Pas PG à G, reprise d'appui PD, pas PG croisé devant PD

...puis reprendre au début !



Montrez votre plaisir !!!