

# Hero (fr)

拍数: 32      墙数: 2      级数: Novice NC  
编舞者: Tiziano Lombardo (FR) & Emeric Prévost - Octobre 2016  
音乐: Hero - Mariah Carey



## Basic Nightclub R, Basic Nightclub L, Sway R, Sway L, Step Fwd R ¼ Turn R, Step Fwd L 1/2 Turn R

- 1-2&      Basic D : PD à D(1), Ramener PG légèrement derrière PD(2), PD devant PG dans la diagonale G 12H  
3-4&      Basic G : PG à G(3), Ramener PD légèrement derrière PG(4), PG devant PD dans la diagonale D 12H  
5-6      Sway D : Balancer son corps vers la D(5), Sway G : Balancer son corps vers la G(6) 12H  
7-8&      Avancer PD ¼ Tour à D(7), Avancer PG ½ Tour à D(8&) 9H

## Side L ¼ Turn R with sweep R, Cross R Back L, Side L, Step Fwd R, Step Fwd L, Step Fwd R ¼ Turn L With Sway L, R, L

- 1-2&      PG à G ¼ Tour à D avec Sweep PD « de l'avant vers l'arrière »(1), Croiser PD derrière PG(2), PG à G(&) 12H  
3-4      Avancer PD(3), Avancer PG(4) 12H  
5-6      Avancer PD(5), ¼ Tour à G avec Sway à G(6) 9H  
7-8      Sway D : Balancer son corps vers la D(7), Sway G : Balancer son corps vers la G(8) 9H

## Basic Nightclub R, Sway L-R, Basic Nightclub L, Sway R-L

- 1-2&      Basic D : PD à D(1), Ramener PG légèrement derrière PD(2), PD devant PG dans la diagonale G 9H  
3-4      Sway G : Balancer son corps vers la G(3), Sway D : Balancer son corps vers la D(4) 9H  
5-6&      Basic G : PG à G(5), Ramener PD légèrement derrière PG(6), PG devant PD dans la diagonale D 9H  
7-8      Sway D : Balancer son corps vers la D(7), Sway G : Balancer son corps vers la G(8) 9H

## Step Fwd R ¼ Turn R, Step Fwd L ½ Turn R, Side L ¼ Turn sweep R, Cross R Back L, Side, Step Fwd R, Step Fwd L, Step Fwd R ¼ Turn L with Sway l

- 1-2&      Avancer PD ¼ Tour à D(1), Avancer PG ½ Tour à D(2&) 6H  
3-4&      PG à G ¼ Tour à D avec Sweep PD « de l'avant vers l'arrière »(3), Croiser PD derrière PG(4), PG à G(&) 9H  
5-6      Avancer PD(5), Avancer PG(6) 9H  
7-8      Avancer PD(7), ¼ Tour à G avec Sway G : Balancer son corps vers la G(8) 6H

### \*1er TAG :

#### Basic Nightclub R, Basic Nightclub L, Step Fwd R, Step Fwd L ½ Turn R, Touch R

- 1-2&      Basic D : PD à D(1), Ramener PG légèrement derrière PD(2), PD devant PG dans la diagonale G(&)  
3-4&      Basic L : PG à G(3), Ramener PD légèrement derrière PG(4), PG devant PD dans la diagonale D(&)  
5-6&      Avancer PD(5), Avancer PG ½ Tour à D(6&)  
7-8      Avancer PG(7), Touch D : Toucher PD à côté du PG(8)

### \*2ème TAG :

#### Sway R, Sway L, Step Fwd R ½ Turn L

- 1-2      Sway à D(1), Sway à G(2)  
3-4      Avancer PD(3), ½ Tour à G(4)

A la fin du 2ème Murs, 1er Tag face à 12H, puis reprendre la danse face à 6H

A la fin du 4ème Murs, 2ème TAG face à 6H, puis reprendre la danse face à 12H

Contact: [Emericprevost22@gmail.com](mailto:Emericprevost22@gmail.com)

---