

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 $\frac{1}{4}$ de tour à gauche avancer pied gauche (9 :00), en pivotant $\frac{1}{2}$ tour à gauche reculer pied droit (3 :00)
- 3-4 En pivotant $\frac{1}{4}$ 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 $\frac{1}{4}$ de tour à droite avancer pied droit (3 :00), en pivotant $\frac{1}{2}$ tour à droite reculer pied gauche (9 :00)
- 3-4 En pivotant $\frac{1}{4}$ 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 – $\frac{1}{2}$ TURN – SHUFFLE FORWARD – $\frac{1}{4}$ TURN SIDE ROCK – BEHIND SIDE CROSS

- 1-2 Avancer pied droit, pivoter $\frac{1}{2}$ 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 $\frac{1}{4}$ 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 – $\frac{1}{4}$ 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 $\frac{1}{4}$ 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 – $\frac{1}{2}$ 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 $\frac{1}{2}$ 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 $\frac{1}{2}$ tour à gauche reculer pied droit, en pivotant $\frac{1}{2}$ 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 – $\frac{1}{2}$ 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 $\frac{1}{2}$ 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 $\frac{1}{2}$ tour à gauche reculer pied droit, en pivotant $\frac{1}{2}$ tour à gauche avancer pied gauche

PARTIE C (16 Count)

SECT 1 : CHASSE RIGHT – ROCK BACK – RECOVER – CHASSE LEFT – $\frac{1}{2}$ 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 $\frac{1}{2}$ 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)
