

# 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)**

---