

# I Hold On (fr)

拍數: 96      牆數: 1      級數: Intermédiaire Phrasee  
編舞者: Nolwenn BERTIN (FR) - Décembre 2016  
音樂: I Hold On - Dierks Bentley



Seq: A – A – B – 16B – B – B – 32A – Tag – B – B – 16B  
Départ après 16 comptes

## PARTIE A: 64 comptes

### A1: TRIPLE STEP, ROCK BACKWARD, STEP TURN ¼, BEHIND SIDE CROSS

1 & 2      Pas chassé à droite (PD-PG-PD)  
3 - 4      Pose PG derrière en basculant le poids du corps, reviens appui PD  
5 - 6      Pose PG devant, pivote ¼ tour vers la droite  
7 & 8      Croise PG derrière PD, pose PD à droite, croise PG devant PD 3h

### A2: SIDE ROCK, SAILOR STEP X 2, BEHIND UNWIND ½ TURN

1 - 2      Pose PD à D en basculant le Pdc, reviens appui PG  
3 & 4      Pose PD derrière PG, ramène PG à côté PD, pose PD dvt  
5 & 6      Pose PG derrière PD, ramène PD à côté PG, pose PG dvt  
7 - 8      Pointe PD der PG, déroule en ½ tour et finis appui PD 9h

### A3: TRIPLE STEP, ROCK BACKWARD, STEP TURN ¼, BEHIND SIDE CROSS

1 & 2      Pas chassé à gauche (PG-PD-PG)  
3 - 4      Pose PD der en basculant le PdC, reviens appui PG  
5 - 6      Pose PD dvt, pivote ¼ tour vers la gauche  
7 & 8      Croise PD derrière PG, pose PG à gauche, croise PD dvt PG 6h

### A4: SIDE ROCK, SAILOR STEP X2, BEHIND UNWIND ½ TURN

1 - 2      Pose PG à gauche en basculant le PdC, reviens appui PD  
3 & 4      Pose PG croisé der PD, ramène PD à côté PG, pose PG dvt  
5 & 6      Pose PD croisé der PG, ramène PG à côté PD, pose PD dvt  
7 - 8      Pointe PG der PD, déroule en ½ tour et finis appui PG 12h

**TAG : Au 7è mur, ici faire le Tag (16 comptes) 4 fois puis enchaîner avec B**

### A5: KICK BALL CROSS X2, SCISSORS STEP RIGHT & LEFT

1 & 2      Kick PD dvt, pose PD à côté PG, pose PG croisé dvt PD  
3 & 4      Kick PD dvt, pose PD à côté PG, pose PG croisé dvt PD  
5 & 6      Pose PD à D, ramène PG à côté PD, croise PD dvt PG  
7 & 8      Pose PG à G, ramène PD à côté PG, croise PG dvt PD

### A6: STEP TURN ½, TRIPPLE FULL TURN, MAMBO ROCK FORWARD, ROCK BACWARD

1 - 2      Pose PD dvt, pivote ½ tour vers la gauche  
3 & 4      Pose PD en ½ tour G, pose PG en ½ tour G, pose PD dvt  
5 & 6      Pose PG dvt en basculant le PdC, reviens appui PD, pose PG à côté PD  
7 - 8      Pose PD der en basculant le PdC, reviens appui PG 6h

### A7: SIDE STEP, HOLD, ROCK BACKWARD X2(RIGHT & LEFT)

1 - 2      Pose PD à D, pause  
3 - 4      Pose PG der en basculant PdC, reviens appui PD  
5 - 6      Pose PG à G, pause  
7 - 8      Pose PD der en basculant le PdC, reviens appui PG

### **A8: STEP ¼ TURN X2, WEAVE**

- 1 - 2 Pose PD dvt, pivote ¼ tour vers la gauche
- 3 - 4 Pose PD dvt, pivote ¼ tour vers la gauche
- 5 - 6 Croise PD dvt PG, pose PG à gauche
- 7 - 8 Croise PD der PG, pose PG à gauche 12h

### **PARTIE B: 32 comptes**

#### **B1: VAUDEVILLE RIGHT & LEFT**

- 1 - 2 Pose PD à D, croise PG der PD
- &3 &4 Ramène PD, Tch talon G en diagonale G, ramène PG, croise PD dvt PG
- 5 - 6 Pose PG à G, croise PD der PG
- &7 &8 Ramène PG, Tch talon D en diagonale D, ramène PD, croise PG dvt PD

#### **B2: ROCK FORWARD, TRIPPLE FULL TURN, ROCK FORWARD, COASTER STEP**

- 1 - 2 Pose PD devant en balançant le PdC, reviens appui PG
- 3 & 4 Pose PD en ½ tour D, ramène PG, pose PD en ½ tour D 12h
- 5 - 6 Pose PG devant en basculant le PdC, revient appui PD
- 7 & 8 Pose PG der, pose PD à côté PG, pose PG Dvt

#### **B3: STEP PIVOT ½ TURN HOOK, TRIPPLE STEP FORWARD, ROCK FORWARD, HEEL-HOOK-HEEL**

- 1 - 2 Pose PD Dvt, pivote en ½ tour G avec Hook G 6h
- 3 & 4 Pas chassé en avant (PG-PD-PG)
- 5 - 6 Pose PD Dvt en basculant le PdC, reviens appui PG
- &7 &8 Ramène PD, Tch Talon G dvt, Hook G, Tch Talon G dvt

#### **B4: ROCK FORWARD, ROCK ½ TURN, COASTER STEP, SCISSORS STEP**

- &1 - 2 Ramène PG, Pose PD Dvt en basculant le PdC, reviens appui PG
- 3 - 4 Pose PD en ½ tour D Dvt en basculant le PdC, reviens appui PG 12h
- 5 & 6 Pose PD der, Pose PG à côté PD, Pose PD Dvt
- 7 & 8 Pose PG à G, Ramène PD, Croise PG Dvt PD

### **Tag (16 comptes) :**

**au mur 7, faire les 32 premiers comptes de A puis 4 fois ces 16 comptes (les derniers 16 comptes de A)**

#### **TS1: SIDE STEP, HOLD, ROCK BACKWARD X2(RIGHT & LEFT)**

- 1 - 2 Pose PD à D, pause
- 3 - 4 Pose PG der en basculant PdC, reviens appui PD
- 5 - 6 Pose PG à G, pause
- 7 - 8 Pose PD der en basculant le PdC, reviens appui PG

#### **TS2: STEP ¼ TURN X2, WEAVE**

- 1 - 2 Pose PD dvt, pivote ¼ tour vers la gauche
- 3 - 4 Pose PD dvt, pivote ¼ tour vers la gauche
- 5 - 6 Croise PD dvt PG, pose PG à gauche
- 7 - 8 Croise PD der PG, pose PG à gauche

### **RECOMMENCE AVEC LE SOURIRE**

#### **Mémo**

**D Droite PD Pied Droit Dvt Devant tps temps**

**G Gauche PG Pied Gauche Der Derrière T tour**

**BCh Ball Change PCh Pas Chassé ( Shuffle) TCh Pointe ou Touch reste Tps mort ou hold**

**Contact: nolwenn\_cedric@yahoo.fr**

---