

# Hold My Hand (fr)

拍數: 32      牆數: 4      級數: Intermédiaire facile  
編舞者: Kayna Deschênes (CAN) & Caroline Pelletier (CAN) - Octobre 2023  
音樂: Hold My Hand - Jess Glynne



---

## [1-8] : Unwind ½, Rock Step, Unwind ½, Rock Step

1-2      Pointe du PD derrière, ½ vers la droite (6h)  
3-4      Pied gauche devant, Retour du poids sur PD  
5-6      Pointe du PG derrière, ½ vers la gauche (midi)  
7-8      Pied droit devant, Retour du poids sur PG

## [9-16] : Out Out, In In, Step Step Step, Side Rock, Sailor Step ¼ Turn

&1&2      PD extérieur droite, PG extérieur gauche, PD intérieur, PG intérieur  
3&4      PD devant, PG devant, PD devant  
5-6      PG à gauche, retour du poids sur PD  
7&8      PG derrière PD, ¼ de tour à gauche et PD côté D, PG avant (9h)

## [17-24] : Step ½ Turn, Point Point, Back Hook Step, Slide Right

1-2      PD devant, ½ tour à gauche (3h)  
3-4      Pointe PD devant, Pointe PD à droite  
5-6      Déposer PD derrière en faisant un crochet du PG devant la jambe droite, Step PG devant  
7-8      PD à droite, Faire glisser PG à côté du PD

## [25-32] : Slide Left ¼ turn, Hitch Back Hitch Back, Sailor ¼ Turn, Kick Ball Change

1-2      PG à gauche ¼ de tour à gauche, Faire glisser PD à côté du PG (Fléchir les genoux en exécutant ces deux pas) (6h)  
&3&4      Lever Genou gauche, Déposer PG derrière, Lever genou Droit, Déposer PD derrière  
5&6      PG derrière PD, ¼ de tour à gauche et PD côté D, PG avant (3h)  
7&8      Kick du PD devant, Ramener la plante du PD à côté de PG, Déposer le poids sur le PG

---