

2 HELL AND BACK



Chorégraphe : " Kickin " Kate SALA - Nottingham] ANGLETERRE

Rob FOWLER - Merseyside] Avril 2006

** Workshop avec Rob FOWLER - Salon de Provence , France - Juillet 2006 **

LINE Dance : 32 temps - 2 murs

Niveau : débutant

Musique : **If you're going through hell** - Rodney ATKINS - BPM 116/wcs

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 5 / 2011

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 8 + 32 temps

RIGHT SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, SIDE & 1/4 TURN RIGHT, CROSS SHUFFLE

1.2 ROCK STEP latéral D côté D , revenir sur PG côté G

3&4 CROSS SHUFFLE D vers G : CROSS PD devant PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG

5.6 pas PG côté G - **1/4 de tour D**.... pas PD côté D

7&8 CROSS SHUFFLE G vers D : CROSS PG devant PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD

RIGHT SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, SIDE & 1/4 TURN RIGHT, CROSS SHUFFLE

1.2 ROCK STEP latéral D côté D , revenir sur PG côté G

3&4 CROSS SHUFFLE D vers G : CROSS PD devant PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG

5.6 pas PG côté G - **1/4 de tour D**.... pas PD côté D

7&8 CROSS SHUFFLE G vers D : CROSS PG devant PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD

TOUCH RIGHT SIDE, TOUCH LEFT HEEL FORWARD,

RIGHT KICK AND COASTER, STEP FORWARD, TOUCH STEP BACK

1 TOUCH pointe PD côté D

&2 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G avant

&3 SWITCH : pas PG à côté du PD - KICK PD avant

4&5 COASTER STEP D : reculer BALL du PD - reculer BALL du PG à côté du PD - pas PD avant

6.7.8 pas PG avant - TAP pointe PD à côté du PG - pas PD arrière

LEFT SHUFFLE BACK, RIGHT COASTER STEP, WALK CLAP, WALK CLAP, LEFT SIDE ROCK CROSS

1&2 SHUFFLE G arrière : pas PG arrière - pas PD à côté du PG - pas PG arrière

3&4 COASTER STEP D : reculer BALL du PD - reculer BALL du PG à côté du PD - pas PD avant

5&6& pas PG avant - **HOLD + CLAP** - pas PD avant - **HOLD + CLAP**

7&8 ROCK STEP latéral G côté G , revenir sur PD côté D - CROSS PG devant PD