



HERO

CHOREGRAPHE *Linda Sansoucy (2009)*
NIVEAU *Débutant- Intermédiaire 32 comptes 4 murs*
MUSIQUE *Holdin'Out For A Hero / Wenche 180 BPM*

Pré Intro: 8 comptes Intro : 16 comptes

1-8 ¼ TURN, HOLD AND CLAP, PIVOT ½ TURN, HOLD AND CLAP, SLOW COASTER STEP, SCUFF

- 1-2 Poser PD à D en ¼ de tour, pause (taper dans les mains) (3h)
- 3-4 ½ tour à D avec PG derrière, pause (taper dans les mains) (9h)
- 5-6-7 Poser PD derrière, PG à côté du PD, PD devant
- 8 Scuff PG devant (frotter talon G au sol vers l'avant)

9-16 STEP, LOCK, STEP, HOLD, STEP, PIVOT ¼ TURN, STOMP DOWN, HOLD

- 1-2-3-4 Poser PG devant, lock PD derrière PG, PG devant, pause
- 5-6 Poser PD devant, pivot ¼ de tour à G (6h)
- 7-8 Stomp down PD à côté du PG, pause

17-24 HEEL AND TOE SWIVELS, HEEL SWIVEL ¼ TURN, HOLD, (BACK TOE STRUT) x 2

- 1-2 Pivoter les talons à G, pivoter les pointes à G
- 3-4 Pivoter les talons à G avec ¼ de tour à D, pause (9h)
- 5-6 Plante PD derrière, déposer talon PD
- 7-8 Plante PG derrière, déposer talon PG

25-32 SLOW COASTER STEP, SCUFF, STEP, LOCK, STEP, HOLD

- 1-2-3 Poser PD derrière, PG à côté du PD, PD devant
- 4 Scuff PG devant (frotter talon PG au sol vers l'avant)
- 5-6-7-8 Poser PG devant, lock PD derrière PG, PG devant, pause

Finale Vous terminez sur le mur de départ, remplacer la pause du compte 16 par un Stomp Down du PG Devant