



# 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*