



2 Hell And Back

Niveau : novice **Type :** line, 2 murs, 32 temps, 44 pas.

Chorégraphe : Kate Sala & Rob Fowler

Musique : If you're going through hell - Rodney Atkins - 116 bpm

Introduction : 8 + 32 temps

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

1 - 2 Rock latéral PD à D - Retour PdC sur PG

3&4 Croiser PD devant PG - Step PG à G - Croiser PD devant PG

5 - 6 Step PG à G - 1/4 de tour à D & Step PD à D

(3h 00)

7&8 Croiser PG devant PD - Step PD à D - Croiser PG devant PD

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

(idem 1 à 8)

1 - 2 Rock latéral PD à D - Retour PdC sur PG

3&4 Croiser PD devant PG - Step PG à G - Croiser PD devant PG

5 - 6 Step PG à G - 1/4 de tour à D & Step PD à D

(6h 00)

7&8 Croiser PG devant PD - Step PD à D - Croiser PG devant PD

TOUCH RIGHT SIDE, TOUCH LEFT HEEL FORWARD, RIGHT KICK AND COASTER, STEP FORWARD, TOUCH STEP BACK

1 Touch pointe PD à D

&2 Step PD à côté du PG - Touch talon PG devant

&3 Step PG à côté du PD - Kick PD avant

4&5 Reculer (sur ball) PD - Reculer (sur ball) PG à côté du PD - Step PD avant

6 - 8 Step PG avant - Touch pointe PD à côté du PG - Step PD arrière

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

1&2 Step PG arrière - Step PD à côté du PG - Step PG arrière

3&4 Reculer (sur ball) PD - reculer (sur ball) PG à côté du PD - Step PD avant

5& Step PG avant - Hold & Clap

6& Step PD avant - Hold & Clap

7&8 Rock latéral PG à G - Retour PdC sur PD - Croiser PG devant PD

Back to square one & take pleasure.

Conventions fiches de chorégraphies:

PdC = Poids du corps

G = Gauche

D = Droite

PG = Pied Gauche

PD = Pied Droit

Step = pas

Se reporter impérativement à la feuille de danse originale du chorégraphe qui seule fait foi.

Feynookee.com - <https://sites.google.com/site/feynookee>