

# Hell & Back

32 temps - 2 murs - Niveau : Débutant

Chorégraphes : Rob Fowler & Kate Sala (UK) (Avril 2006)

Musique : **If You're Going Through Hell - Rodney Atkins**

Démarrer la danse sur les paroles.

## 1-8 Right Side Rock, Cross Shuffle, Side 1/4 Turn Right, Cross Shuffle

1-2 Rock step côté PD pose à D, PG reprend PdC sur place

3&4 PD pose croisé devant PG, PG pose à G, PD pose croisé devant PG

5-6 Côté 1/4 tour D PG pose à G, PD pose à D avec 1/4 tour D

7&8 Devant-Côté-Devant PG pose croisé devant PD, PD pose à D, PG pose croisé devant PD

## 9-16 Right Side Rock, Cross Shuffle, Side 1/4 Turn Right, Cross Shuffle

1-2 Rock step latéral D : pose PD à D, reprend PdC sur PG

3&4 Cross Shuffle G : Pose PD croisé devant PG, pose PG à G, pose PD croisé devant PG

5-6 1/4 de tour à D pose PG derrière, pose PD à D

7&8 Crosse shuffle D : pose PG croisé devant PD, pose PD à D, pose PG croisé devant PD

## 17-24 Touch Right Side, Touch Left Heel forward, Right Kick and Coaster step, Step Forward, Touch Step back

1&2 Pointe PD à D, ramener PD et pose à côté du PG et pose talon PG devant

&3 Ramener PG et pose près du PD, kick PD vers l'avant

4&5 Coaster Step D arrière : PD pose en arrière, pose PG à côté du PD, pose PD devant

6-7 Avancer 1 pas PG devant, pose pointe PD près du PG

8 Reculer 1 pas PD derrière

## 25-32 Left Shuffle back, Right Coaster step, Walk Clap x2, Left Side Rock Cross

1&2 Shuffle arrière G : PG recule, PD rejoint PG, PG recule

3&4 Coaster Step D arrière : pose PD derrière, pose PG près du PD, pose PD devant

5& Pose PG devant - Frapper dans les mains

6& Pose PD devant - Frapper dans les mains

7&8 Rock step latéral G, PG pose à G, PD reprend PdC sur place, pose PG croisé devant pied D, pose PD à D, pose PG croisé devant PD

Recommencer avec le sourire!