



SOME HELP

Chorégraphe : Marie Claude Gil (France – août 2024)

Description : Danse en ligne – 2 murs – 32 temps – 1 Restart

Niveau : Débutant

Musique : I Had Some Help – Post Malone feat. Morgan Wallen

Départ : Intro de 32 temps

Possibilité de la danser en contra

1 – 8 WALK FORWARD R,L,R, KICK, BACK L,R,L, TOUCH

1-2-3-4 Marche devant PD, PG, PD, Coup de pied PG en avant

5-6-7-8 Recule PG, PD, PG, Toucher PD à coté du PG

9 – 16 RIGHT VINE, TOUCH, LEFT VINE, TOUCH

1-2-3-4 Poser PD à droite, Croiser PG derrière PD, Poser PD à droite, Toucher PG à coté du PD

5-6-7-8 Poser PG à gauche, Croiser PD derrière PG, Poser PG à gauche, Toucher PD à coté du PG

ICI RESTART AU MUR 4 (6:00) après 16 comptes

17 – 24 V STEP (X2)

1-2 Poser PD en diagonale avant droite, Poser PG en diagonale avant gauche

3-4 Revenir PD au centre, Poser PG à côté du PD (avec PdC sur PG)

5-6-7-8 Répéter 1-2-3-4

25 – 32 2 X PIVOT 1/4 TURN, ROCKING CHAIR

1-2 Poser PD devant, Pivoter 1/4 Tour à gauche avec PdC sur PG

9:00

3-4 Poser PD devant, Pivoter 1/4 Tour à gauche avec PdC sur PG

6:00

5-6 Poser PD devant, revenir PdC sur PG

7-8 Poser PD derrière, revenir PdC sur PG

ET RECOMMENCEZ AVEC LE SOURIRE !