



Country Dance & Line Dance



2 HELL & BACK

MUSIQUE : If You're Going Through Hell par Rodney Atkins

CHOREGRAPHES : Rob Fowler & Kate Sala (Angleterre - Avril 2006) - Danse enseignée au Paris Country Festival 2006

TYPE : Danse en Ligne, 2 murs

TEMPS : 32 temps (Départ de la danse après 4 x 8 temps)

NIVEAU : Débutant

Right Side Rock, Cross Shuffle, Side $\frac{1}{4}$ Turn Right, Cross Shuffle

1-2	Rock Step Latéral à Droite : Poser le Pied Droit à Droite, Ramener le Poids du Corps sur le Pied Gauche
3&4	Cross Triple à Gauche : Droit Croisé Devant le Gauche - Gauche - Droit Croisé Devant le Gauche
5-6	Side Turn : Poser le Pied Gauche à Gauche, Poser le Pied droit à Droite avec $\frac{1}{4}$ de Tour à Droite
7&8	Cross Triple à Droite : Gauche Croisé Devant le Droit - Droit - Gauche Croisé Devant le Droit

Right Side Rock, Cross Shuffle, Side $\frac{1}{4}$ Turn Right, Cross Shuffle

1-2	Rock Step Latéral à Droite : Poser le Pied Droit à Droite, Ramener le Poids du Corps sur le Pied Gauche
3&4	Cross Triple à Gauche : Droit Croisé Devant le Gauche - Gauche - Droit Croisé Devant le Gauche
5-6	Side Turn : Poser le Pied Gauche à Gauche, Poser le Pied droit à Droite avec $\frac{1}{4}$ de Tour à Droite
7&8	Cross Triple à Droite : Gauche Croisé Devant le Droit - Droit - Gauche Croisé Devant le Droit

Touch Right Side, Touch Left Heel Forward, Right Kick And Coaster, Step Forward, Touch Step Back

1&2	Pointer sur le Côté Droit, Ramener le Pied Droit Près du Gauche (&), Toucher le Talon Gauche Devant
&3	Ramener le Pied Gauche Près du Droit (&), Kick Droit Devant
4&5	Coaster Step Droit : Reculer le Pied Droit, Ramener le Pied Gauche Près du Droit, Avancer le Pied Droit
6-7-8	Avancer le Pied Gauche, Pointer le Pied droit Près du Gauche, Reculer le Pied Droit

Left Shuffle Back, Right Coaster Step, Walk Clap x2), Left Side Rock Cross

1&2	Triple Step Gauche en Reculant : Gauche-Droite-Gauche
3&4	Coaster Step Droit : Reculer le Pied Droit, Ramener le Pied Gauche Près du Droit, Avancer le Pied Droit
5&6&	Avancer le Pied Gauche, Frapper des Mains (&) , Avancer le Pied Droit, Frapper des Mains (&)
7&8	Side Rock Cross : Poser le Pied Gauche à Gauche, Ramener le Poids du Corps sur le Pied Droit (&), Croiser le Pied Gauche Devant le Droit

REPEAT AND HAVE A NICE DANCE !