

HOLD ME FOR A WHILE

Chorégraphe : Sandrine CARACCHIOLI

Description : night club, 32 temps, 2 murs, 2 restarts,

Niveau : Intermédiaire

Musique : « Hold me for a while » de Rednex, version longue (4 mn 51)

Introduction de 36 temps

1-8 Basic à D, Step ¼ de tour vers la G, Step ¼ de tour vers la G, Rock step back syncopé G, Basic à G, Step, Together, Step

1.2& Grand pas vers la D, PDC sur PG derrière PD, PDC sur PD

3&4& PG devant en ¼ de tour vers G, PD à D en ¼ de tour vers la gauche, PDC sur PG derrière PD, PDC sur PD

5.6& Grand pas vers la G, PDC sur PD derrière PD, PDC sur PG

7&8 PD devant, ramener PG à coté du PD, PD devant

9-16 Sweep PG, Cross, Step D, Behind G, Sweep D en ¼ de tour vers la D, coaster step D, Rock step syncopé G, step ¼ de tour vers G, Kick ball D pointe à G

&1&2& Faire un rondet du PG de l'arrière vers l'avant, croiser le PG devant le PD, PD à D, PG derrière PD, faire un rondet du PD de l'avant vers l'arrière en ¼ de tour vers la D

3&4 PD derrière, ramener PG à coté du PD, PD en avant

5&6 PDC sur PG en avant, PDC sur PD, PG à G en ¼ de tour vers la G

7&8 Coup de pied D vers l'avant, ramener PD à coté du PG, pointer PG à G

Restarts au 3è mur (6h) et au 6è mur (12h). Après la pointe à G, ramener PG à coté du PD (&) pour recommencer au début des 4è et 7è murs.

17-24 Drag G vers D, Basic à G, Sway x 3, Basic à G, Step D en 1/8 de tour vers la D, Rock step side syncopé G en 1/8 de tour vers la D

&1.2& ramener la pointe G vers PD (PDC sur PD), grand pas vers la G, PDC sur PD derrière PG, PDC sur PG

3.4& balancer la hanche D vers la D, balancer la hanche G vers la G, balancer la hanche D vers la D

5.6& Grand pas vers la G, PDC sur PD derrière PG, PDC sur PG

7.8& PD devant en 1/8 de tour vers la D, PDC sur PG à G en 1/8 de tour vers la D, PDC sur PD

25-32 Cross G, Step D, Step G ¼ de tour vers G, Cross D, Behind G, Step D, Cross G, Basic D, Sway x 3

1.2&3 Croiser PG devant PD, PD à D, PG à G en ¼ de tour vers la G, croiser PD devant PG, &4& PG derrière, PD à D, croiser PG devant PD

5.6& Grand pas à D, PDC sur PG derrière PD, PDC sur PD

7.8& Balancer la hanche G à G, balancer la hanche D à D, balancer la hanche G à G