



A HERO AB

Chorégraphie de Annemaree Sleeth (Aus – Fev. 2023)

Descriptions : 32 temps, 4 murs, line-dance – Ultra débutant

Départ : 16 comptes après le battement lourd.

Musique : "Holding Out For A Hero" de Adam Lambert (Single – Itunes 3:50)

Traduction Martine Canonne

SEC 1 [1 – 8] OUT, OUT, IN, IN, STEP, SCUFF, STEP, SCUFF

1 – 2 Poser PD diagonale avant droite, poser PG diagonale avant gauche

3 – 4 Poser PD derrière au centre, poser PG à côté du PD

5 – 6 Poser PD devant, brosser talon PG au sol

7 – 8 Poser PG devant, brosser talon PD au sol

SEC 2 [9 - 16] BACK 4, SIDE TOUCH, SIDE TOUCH

1 – 2 Poser PD derrière, poser PG derrière

3 – 4 Poser PD derrière, poser PG à côté du PD

5 – 6 Poser PD à droite, toucher PG à côté du PD

7 – 8 Poser PG à gauche, toucher PD à côté du PG

SEC 3 [17 – 24] VINE, TOUCH, ¼ VINE TOUCH

1 – 2 Poser PD à droite, croiser PG légèrement derrière PD

3 – 4 Poser PD à droite, toucher PG à côté du PD

5 – 6 Poser PG à gauche, croiser PD légèrement derrière PG

7 – 8 ¼ de tour à gauche en posant PG devant, brosser talon PD au sol (09 :00)

SEC 4 [25 – 32] ADAPTED K STEP

1 – 2 Poser PD devant, toucher PG derrière PD

3 – 4 Poser PG derrière, coup de pied PD légèrement devant/toucher

5 – 6 Poser PD derrière, toucher PG croisé devant PD

7 – 8 Poser PG devant, brosser talon PD devant (09 :00)

TAGS :

TAG 1 : 8 comptes à la fin du mur 4 (Départ à 09 :00 – Tag à 12 :00). **Faire** : V STEPS X 2

TAG 2 : 4 comptes à la fin du mur 6 (Départ à 03 :00 – Tag à 06 :00). **Faire** : V STEPS X 1

TAG 3 : 4 comptes à la fin du mur 8 (Départ à 09 :00 – Tag à 12 :00). **Faire** : V STEPS X 1

FINAL : Vous êtes face à 06 :00. Faire un « chase turn » en posant PD devant, ½ tour à gauche, poser PD devant (12 :00)

EMAIL inlinedancing@gmail.com

YOUTUBE [Frederina521](https://www.youtube.com/channel/UCFrederina521) (Annemaree Sleeth)