

EVERYONE NEEDS A HERO



Chorégraphe Roy Verdonk (NL), Grace David (KOR) & Jef Camps (BEL) - janvier 2023
Description Danse en ligne, 64 comptes, 2 murs – 3 TAGS
Niveau Intermédiaire
Musique Tenir bon pour un héros – Adam Lambert
INTRO 16 comptes après le début du rythme



1-8 SCUFF, OUT-OUT, KNEE SWIVEL, KICK-BALL-CROSS, SIDE ROCK/RECOVER

1&2 SCUFF PD en avant - PD côté D « OUT » - PG côté G « OUT »
3-4 TWIST genou D « IN » - TWIST genou D « OUT » (PdC sur le PG)
5&6 KICK BALL CROSS D: KICK PD diagonale avant D ↗ - pas BALL PD à côté du PG - CROSS PG devant PD
7-8 ROCK STEP latéral D côté D - revenir sur PG côté G

9-16 CROSS, ¼ BACK, ½ LEG SWING, STEP FORWARD, ¼ PIVOT, CROSS SAMBA

1-2 CROSS PD devant PG - ¼ de tour à D ... PG arrière **3H**
3-4 Balancer la jambe D en hauteur tout en faisant ½ tour à D **9H** - PD avant
5-6 **STEP TURN 1/4 de tour à D** : PG avant - **1/4 tour PIVOT à D** sur BALL PG ... **prendre appui sur D côté D 12H**
7&8 **CROSS SAMBA G** : CROSS PG devant PD - ROCK STEP latéral D côté D - revenir sur PG côté G (*léger déplacement avant*)

17-24 ROCK FORWARD/RECOVER, ¼ TOE STRUT, ROCK FORWARD/RECOVER, FULL TURN BACK

1-2 ROCK STEP PD avant - revenir sur PG arrière
3-4 **TOE STRUT D ¼ de tour à D** : ¼ de tour à D ... TOUCH pointe PD côté D **3H** - DROP : abaisser talon PD au sol
5-6 ROCK STEP PG avant - revenir sur PD arrière
7-8 ½ tour à G ... PG avant **9H** - ½ tour à G ... PD arrière **3H**

25-32 COASTER STEP, WALK R-L, ¼ SLIDE, DRAG, 1/8 SAILOR STEP

1&2 **COASTER STEP G** : PG arrière - PD à côté du PG - PG avant
3-4 **2 pas avant** : PD - PG
5-6 ¼ de tour à G ... grand pas PD côté D **12H** - DRAG PG vers PD
7&8 **SAILOR STEP G 1/8 de tour à G** : CROSS PG derrière PD - petit pas PD côté D - **1/8 de tour à G** - PG avant **10H30**

33-40 STEP FORWARD, ½ PIVOT, ½ SHUFFLE BACK, WALKS BACK, COASTER STEP

1-2 **STEP TURN** : PD avant - **1/2 tour PIVOT à G** sur BALL PD ... **prendre appui sur PG avant 4H30**
3&4 ½ tour à G ... **10H30 TRIPLE STEP D arrière** : pas PD arrière - pas PG à côté du PD - PD arrière
5-6 **2 pas arrière** : PG - PD (*Option : SWIVEL en faisant les 2 pas arrière*)
7&8 **COASTER STEP G** : PG arrière - PD à côté du PG - PG avant

41-48 HEEL GRIND, 1/8 SIDE, BEHIND-SIDE-CROSS, SLIDE, DRAG, KICK-BALL-CROSS

1-2 **HEEL GRIND** : PD avant (*appui talon PD, pointe « IN »*) ... GRIND talon D avec 1/8 de tour à D (*talon D écrasant le sol*) en faisant pivoter pointe PD de G à D « OUT » **12H** - petit pas PG côté G
3&4 **BEHIND SIDE CROSS D** : CROSS PD derrière PG - PG côté G - Croiser PD devant PG
5-6 Grand pas PG côté G - DRAG PD vers PG
7&8 **KICK BALL Croiser D** : KICK PD diagonale avant D ↗ - pas BALL PD à côté du PG - CROSS PG devant PD

49-56 2 X ¼ MONTEREY TURN

1-2 **MONTEREY TURN** : POINTE PD côté D - ¼ de tour à D sur BALL PG ... PD à côté du PG **3H**
3-4 POINTE PG côté G - PG à côté du PD
5-6 **MONTEREY TURN** : POINTE PD côté D - ¼ de tour à D sur BALL PG ... PD à côté du PG **6H**
7-8 POINTE PG côté G - PG à côté du PD

57-64 DIAGONAL ROCK/RECOVER, BEHIND-SIDE-CROSS, DIAGONAL ROCK/RECOVER, COASTER STEP

1-2 **ROCK STEP D diagonale avant D ↗** BALL PD sur diagonale avant D ↗ - revenir sur PG arrière
3&4 **BEHIND SIDE CROSS D** : CROSS PD derrière PG - PG côté G - CROSS PD devant PG
5-6 **ROCK STEP G diagonale avant G ↖** BALL PG sur diagonale avant G ↖ - revenir sur PD arrière
7&8 **COASTER STEP G** : PG arrière - PD à côté du PG - PG avant

TAGS : à la fin du 2^{ème} mur (*danser les 8 comptes ci-dessous, face à 12H*), à la fin du 3^{ème} mur (*danser les 4 premiers comptes ci-dessous, face à 6H*) et à la fin du 4^{ème} mur (*danser les 4 premiers comptes ci-dessous, face à 12H*).

1-2 **STEP TURN** : PD avant - **1/2 tour PIVOT à G** sur BALL PD ... **prendre appui sur PG avant**
3-4 **STEP TURN** : PD avant - **1/2 tour PIVOT à G** sur BALL PD ... **prendre appui sur PG avant**
5-6 **V STEP** : PD sur diagonale avant D ↗ « OUT » - PG sur diagonale avant G ↖ « OUT »
7-8 PD retour au centre ↙ "IN" - PG à côté du PD ↘ "IN"