



HELP ME MAKE IT THROUGH THE NIGHT

Chorégraphe GUYLAINE Bourdages (Jan 2015)
Description Line dance – 32 comptes – 4 murs
Niveau Novice
Musique Help Me Make It Through The Night – Anne Muray



(LF) FORWARD, 1/2L, (RF) BACK, (LF) COASTER STEP, (RF) FORWARD, 1/2R, (LF) BACK, RF COASTER STEP

1.2 PG avant, Pivoter 1/2G, PD arrière
3&4 (Coaster Step) PG arrière, PD assemblé, PG avant
5.6 PD avant, Pivoter 1/2D, PG arrière
7&8 (Coaster Step) PD arrière, PG assemblé, PD avant

(LF) CROSS ROCK, AND CROSS, 1/8L LF DIAGONAL L AND (HITCH RF), COASTER HITCH, BACK, 1/8R SIDE , CROSS FRONT

1.2 PG croisé devant PD, Retour du poids sur le PD
&3.4 PG à G, PD croisé devant PG, 1/8G PG diagonal avant G et Hitch PD
5&6 (Coaster + Hitch) PD arrière, PG assemblé au PD, PD avant et Hitch PG
7&8 PG arrière, PD à D 1/8D, PG croisé devant PD

HIP SWAY RIGHT, LEFT, RLR, TURN 1/4L, TURN 1/2L, 1/2L + LOCK STEP FORWARD LRL

1.2 Balancer les hanches à D puis à G
3&4 Balancer les hanches DGD (Tourner le corps vers la droite pour le body fly)
5.6 1/4G PG avant, 1/2G PD arrière
7&8 1/2G Lock Step avant GDG

(RF) JAZZ BOX AND (LF) JAZZ BOX AND (RF) JAZZ BOX AND TOUCH

1.2 PD croisé devant PG, PG arrière
&3.4 PD arrière, PG croisé devant PD, PD arrière
&5.6.7.8 PG arrière, et PD croisé devant PG, PG arrière, PD à D, Touch PG à côté du PD

NOTE

Continuez jusqu'à la fin de la chanson avec les hip sway et les tours pour terminer face au mur de départ sur la finale musicale (12h)

Une belle musique lente et sensuelle... des paroles qui sont tellement vraies par soirs de solitude... Sachant cela, l'interprétation vous appartient mais... Gardez le sourire !

www.guylainebourdages.com www.coachingdanse.com



REPRENDRE AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE !

