



HELP (I had some help)

(Au secours)

Chorégraphe : Rick Dominguez
Niveau : Novice
Danse : En ligne 32 temps 2 murs 1 restart 1 final
Notes : Les chiffres entourés indiquent un hold — La flèche indique le sens de la danse
Lorsque des heures (ou des flèches) sont indiquées, elles le sont pour un départ à 12h

Description des pas :

Séquence 1 (1 à 8) : Stomp side, hitch ¼ turn, back rock, shuffle forward, rock forward

1-2	Stomp à D, hitch ¼ T à G :	Stomp PD à D, lever le genou G avec ¼ T à G (9h)
3-4	Rock arrière :	Avancer le PG, reprendre le PDC sur le PD derrière
5&6	Chassés avant :	Avancer le PG, le PD rejoint le PG, avancer le PG
7-8	Rock avant :	Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG derrière

Séquence 2 (9 à 16) : ¼ turn, hitch ½ turn, side rock, behind side cross, side rock

1	¼ T à D :	Poser le PD à D avec ¼ T à D (12h)
2	Hitch ½ T à D :	En gardant le PDC sur le PD : Lever le genou G avec ½ T à D (6h)
3-4	Rock à G :	Poser le PG à G, reprendre le PDC sur le PD à D
5&6	Derrière et devant :	Croiser le PG derrière le PD, poser le PD à D, croiser le PG devant le
7-8	Rock à D :	PD Poser le PD à D, reprendre le PDC sur le PG à G (Restart ici)

Séquence 3 (17 à 24) : Back rock, shuffle forward, rock forward, shuffle ½ turn

1-2	Rock arrière :	Reculer le PD (avec les bras en l'air) , reprendre le PDC sur le PG devant
3&4	Chassés avant :	Avancer le PD, le PG rejoint le PD, avancer le PD
5-6	Rock avant :	Avancer le PG, reprendre le PDC sur le PD derrière
7&8	Chassés ½ T à G :	Poser le PG à G avec ¼ T à G, le PD rejoint le PG, avancer le PG avec ¼ T à G (12h)

Séquence 4 (25 à 32) : Stomp side, behind, side, hitch/stomp ¼ turn, behind, side, rock forward, ¼ turn, cross

1	Stomp à D :	Stomp PD à D
2&3	Derrière, côté, hitch/stomp ¼ T à G :	Croiser le PG derrière le PD, poser le PD à D, hitch/stomp PG ¼ T à D (3h)
4&	Derrière, côté :	Croiser le PD derrière le PG, poser le PG à G
5-6	Rock avant :	Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG derrière
7-8	¼ T à D, croise :	Poser le PD à D avec ¼ T à D, croiser le PG devant le PD (6h) (Final ici)

Restart au cours du 4^{ème} mur

Au cours du 4^{ème} mur (Départ à 6h)
danser les 2 premières séquences (Jusqu'à : «Rock à D»)
et reprendre la danse au début face à 12h

Final (Départ à 12h)

A la fin de la dernière chorégraphie, face à 6h (A la répétition du refrain),
après avoir croisé le PG devant le PD
garder la position, et faire un undwind ½ T à D, pour finir la danse face à 12h