



# SOME HELP

(Un peu d'aide)

**Chorégraphe :** Marie Claude Gil  
**Niveau :** Débutant  
**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) : Three steps forward, kick, three back steps, touch**

1-2-3	Trois pas en avant :	Avancer le PD, le PG, le PD
4	Kick PG :	Kick PG devant
5-6-7	Trois pas en arrière :	Reculer le PG, le PD, le PG
8	Touche :	Pointer le PD près du PG

### **Séquence 2 (9 à 16) : Vine, touch, vine, touch (Option: Rolling vine, rolling vine)**

1-2-3	Vine à D :	Poser le PD à D, croiser le PG derrière le PD, poser le PD
4	Touche :	Pointer le PG près du PD
5-6-7	Vine à G :	Poser le PG à G, croiser le PD derrière le PG, poser la PG à G
8	Touche :	Pointer le PD près du PG ( <u>Restart ici</u> )

**Option** : Rolling vines : Remplacer les vines par des rolling vines

### **Séquence 3 (17 à 24) : V step, V step**

1-2-3-4	Out, out, in, in :	{ Poser le talon D en diagonale avant D (↗), poser le talon G en diagonale avant G (↖) reposer le PD au centre, poser le PG près du PD (↑↑)
5-6-7-8	Out, out, in, in :	

### **Séquence 4 (25 à 32) : Step, ¼ turn, step, ¼ turn, rocking chair**

1-2	Avance, ¼ T à G :	Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG après ¼ T à G ( <b>9h</b> )
3-4	Avance, ¼ T à G :	Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG après ¼ T à G ( <b>6h</b> )
5-6-7-8	Rocking chair :	{ Avancer le PD, reprendre le PDC sur le PG derrière reculer le PD, reprendre le PDC sur le PG devant ( <u>Final ici</u> )

### **Restart (Départ à 6h)**

Au cours du 4<sup>ème</sup> mur, danser les 2 premières séquences (Jusqu'à : «Pointer le PD près du PG») et reprendre la danse au début à 6h

### **Final (Départ à 6h)**

A la fin de la dernière chorégraphie, face à midi, finir le rocking chair par un stomp PG devant