



2013/2014

2 HELL AND BACK

Chorégraphe : [Rob Fowler et Kate Sala \(Angleterre\)](#) – avril 2006

Niveau : [Débutant/Intermédiaire](#)

Description : [32 temps, 2 murs](#)

Musique : « [If you're going through hell](#) » de [Rodney Atkins](#)

Compter 40 temps (5x8) pour démarrer sur le mot « know » de la 1ère phrase : « Well you know those times when you feel like there's a sign there on your back... »

D=droite, **G**=gauche, **PD**=Pied droit, **PG**=Pied gauche, **PdC**=Poids du Corps

Temps Description des pas

1-8 Right side rock, Cross Shuffle, Side ¼ turn right, Cross Shuffle

1-2 Side rock step **PD** à **D**, revenir sur **PG**

3&4 Cross shuffle vers la **G** : croiser **PD** devant **PG**, **PG** à **G**, croiser **PD** devant **PG**

5-6 **PG** à **G**, **PD** à **D** avec 1/4 tour à **D** (face 3h00)

7&8 Cross shuffle vers la **D** : croiser **PG** devant **PD**, **PD** à **D**, croiser **PG** devant **PD**

9-16 Right side rock, Cross Shuffle, Side ¼ turn right, Cross Shuffle

9-10 Side rock step **PD** à **D**, revenir sur **PG**

11&12 Cross shuffle vers la **G** : croiser **PD** devant **PG**, **PG** à **G**, croiser **PD** devant **PG**

13-14 **PG** à **G**, **PD** à **D** avec 1/4 tour à **D** (face 6h00)

15&16 Cross shuffle vers la **D** : croiser **PG** devant **PD**, **PD** à **D**, croiser **PG** devant **PD**

17-24 Touch right side, Touch left heel forward, Right kick and coaster, Step forward, Touch step back

17&18 Touch **PD** à **D**, assembler **PD** à côté du **PG**, touch avant talon **G**

&19 Assembler **PG** à côté du **PD**, kick avant **PD**

20&21 Coaster step **PD** : reculer plante **PD**, assembler plante **PG** à côté de plante **PD**, avancer **PD**

22-23-24 Avancer **PG**, touch **PD** à côté du **PG**, reculer **PD**

25-32 Left shuffle back, right coaster step, walk clap walk clap, Left side rock cross

25&26 Shuffle arrière **PG** : reculer **PG**, assembler **PD** à côté de **PG**, reculer **PG**

27&28 Coaster step **PD** : reculer plante **PD**, assembler plante **PG** à côté de plante **PD**, avancer **PD**

29&30& Avancer **PG**, clap, avancer **PD**, clap

31&32 Side rock cross **PG** : side rock step **PG** à **G**, revenir sur **PD**, croiser **PG** devant **PD**

Recommencer depuis le début avec le sourire !

FRENCH HONKY TONK ASSOCIATION

30, rue Rouget de l'Isle 93160 NOISY LE GRAND

☎ : 06.17.25.85.12

✉ : frenchhonkytonk@live.fr - Site internet : www.frenchhonkytonk.com

Association loi 1901 enregistrée en Sous-Préfecture du Raincy le 11.01.2005 - SIRET 481.245.595.00022 - APE 923A

