

Heavy Heart

Chorégraphes : Lee Hamilton, Stephen & Lesley McKenna (mai 2017)

Description: 64 comptes, 2 murs, Intermédiaire

Musique: Frames, de Lee DeWyze (album Frames, août 2013)

Intro : 32 comptes

Section 1: R shuffle fwd, L fwd, ¼ R pivot turn, cross L, ¼ L stepping R back, L coaster step

- 1 & 2 Pas chassé Pied Droit devant (D-G-D)
- 3 - 4 Poser PG devant, pivoter ¼ tour vers la droite **(3h00)**
- 5 - 6 Croiser PG devant PD, poser PD derrière en ¼ tour gauche **(12h00)**
- 7 & 8 Poser PG derrière & poser PD à côté, poser PG devant

Section 2: R fwd, L hitch, L coaster step, ¼ L stepping R side, hold, ball side, L touch

- 1 - 2 Poser PD devant, lever le genou gauche
- 3 & 4 Poser PG derrière & poser PD à côté, poser PG devant
- 5 - 6 Poser PD à droite en ¼ tour gauche, pause **(9h00)**
- &7 - 8 Ramener PG à côté PD, poser PD à droite, touche PG à côté PD

Section 3: R ¼ L stepping L fwd, ¼ L stepping R side, L behind, ball cross, R side rock, together, switch toes L & R

- 1 - 2 Poser PG devant en ¼ tour gauche, poser PD à droite en ¼ tour gauche **(3h00)**
- 3 & 4 Croiser PG derrière PD & poser PD à droite, croiser PG devant PD
- 5 - 6& Rock step PD à droite & ramène PD à côté PG
- 7 & 8 Pointe PG à gauche & ramène PG, pointe PD à droite

Section 4: R sailor, ¼ Sailor Left, R jazz box, L shuffle fwd

- 1 & 2 Pose PD derrière & pose PG à côté, pose PD devant
- 3 & 4 Pose PG en ¼ tour G derrière PD & pose PD à côté, pose PG devant **(12h00)**
- 5 - 6 - 7 Croise PD devant PG, pose PG derrière, pose PD à droite
- 8 & 1 Pas chassé PG devant (G-D-G)

Section 5: R rock fwd, 1/2 shuffle R, ¼ R stepping L side, R kick, R out, L out, ball cross L

- 2 - 3 Rock Step PD devant
- 4 & 5 Pas chassé PD devant en ½ tour vers la droite (D-G-D) **(6h00)**
- 6 - 7 Pose PG à gauche en ¼ tour vers la droite, kick PD devant **(9h00)**
- &8 &1 & pose PD à droite, pose PG à gauche & pose PD à côté PG, croise PG devant PD

Section 6: Hold, R out, L out, ball cross L, R chasse, L sailor

- 2 pause
- &3 &4 & pose PD à droite, pose PG à gauche & pose PD à côté PG, croise PG devant PD
- 5 & 6 Pas chassé PD à droite (D-G-D)
- 7 & 8 Pose PG derrière & pose PD à côté, pose PG devant

TAG : ici au mur 2

Section 7: R cross shuffle, back shuffle ¼ R, 1/2 shuffle R, L mambo

- 1 & 2 Pas chassé croisé PD devant PG (D-G-D)
- 3 & 4 Pas chassé PG en ¼ tour vers la droite (G-D-G) **(12h00)**
- 5 & 6 Pas chassé PD en ½ tour vers la droite (D-G-D) **(6h00)**
- 7 & 8 Pose PG devant & reprend appui sur PD, pose PG à côté PD

Section 8: Walk back R & L, R ball rock, L back shuffle, R out, L out, R touch

- 1 - 2& Pose PD derrière, pose PG derrière & pose PD à côté PG
- 3 - 4 Rock step PG devant, revenir appui PD
- 5 & 6 Pas chassé PG derrière (G-D-G)
- &7 - 8 & pose PD à droite, pose PG à gauche, touche PD à côté PG

TAG & restart: Au mur 2, section 6

Comptes 7 & 8: le sailor step du pied gauche devient un sailor ¼ tour du PG vers la gauche pour faire face au mur de 12h et reprendre la danse du début.