



2 HELL AND BACK

Chorégraphes : **Rob Fowler et Kate Sala (Angleterre) – avril 2006**
 LINE dance : **32 temps, 2 murs**
 Niveau : **débutant**
 Musique : **« If you're going through hell » de Rodney Atkins (WCS / ECS, 118 bpm, album « If you're going through hell », juillet 2006)**

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

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

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 6h00)*
 7&8 *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

1&2 *Touch PD à D, assembler PD à côté du PG, touch avant talon G*
 &3 *Assembler PG à côté du PD, kick avant PD*
 4&5 *Coaster step PD : reculer plante PD, assembler plante PG à côté de plante PD, avancer PD*
 6-7-8 *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

1&2 *Shuffle arrière PG : reculer PG, assembler PD à côté de PG, reculer PG*
 3&4 *Coaster step PD : reculer plante PD, assembler plante PG à côté de plante PD, avancer PD*
 5&6& *Avancer PG, clap, avancer PD, clap*
 7&8 *Side rock cross PG : side rock step PG à G, revenir sur PD, croiser PG devant PD*

Recommencez... Souriez !

Traduit et préparé par Adeline DUBERNARD pour le cours « intermédiaire » du 21.03.2007
 Source : www.robflower.net (20.03.2007 – révision de juillet 2006)