

HEAVY HEART

Chorégraphe : Lee Hamilton, Stephen & Lesley McKenna (Mai 2017)

Description : Intermediate, 64 Count, 2 Wall

Musique : Frames (Lee DeWyze) (115 Bpm)

CD : Frame (2013)

SECT 1 : RIGHT SHUFFLE FORWARD, LEFT FORWARD, ¼ TIGHT TURN, CROSS LEFT, ¼ LEFT STEPPING RIGHT BACK, LEFT COASTER STEP

- 1&2 Avancer pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, avancer pied droit
- 3-4 Avancer pied gauche, pivoter ¼ de tour à droite (poids du corps finit sur pied droit) (3 :00)
- 5-6 Croiser pied gauche devant pied droit, en pivotant ¼ de tour à gauche reculer pied droit (12 :00)
- 7&8 Reculer pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche, avancer pied gauche

SECT 2 : RIGHT FORWARD, LEFT HITCH, LEFT COASTER STEP, ¼ LEFT STEPPING RIGHT SIDE, HOLD, BALL SIDE, LEFT TOUCH

- 1-2 Avancer pied droit, lever genou gauche
- 3&4 Reculer pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche, avancer pied gauche
- 5-6 En pivotant ¼ de tour à gauche écart pied droit, pause (9 :00)
- &7-8 Assembler pied gauche à côté du pied droit, écart pied droit, toucher pointe pied gauche à côté du pied droit

SECT 3 : ¼ LEFT STEPPING LEFT FORWARD, ¼ LEFT STEPPING RIGHT SIDE, LEFT BEHIND, BALL CROSS, RIGHT SIDE ROCK, TOGETHER, SWITCH TOES LEFT & RIGHT

- 1-2 En pivotant ¼ de tour à gauche avancer pied gauche (6 :00), en pivotant ¼ de tour à gauche écart pied droit (3 :00)
- 3&4 Croiser pied gauche derrière pied droit, écart pied droit, croiser pied gauche devant pied droit
- 5-6& Ecart pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche
- 7&8 Toucher pointe pied gauche côté gauche, assembler pied gauche à côté du pied droit, toucher pointe pied droit côté droit

SECT 4 : RIGHT SAILOR, ¼ SAILOR LEFT, RIGHT JAZZ BOX, LEFT SHUFFLE FORWARD

- 1&2 Croiser pied droit derrière pied gauche, écart pied gauche, écart pied droit
- 3&4 En pivotant ¼ de tour à gauche croiser pied gauche derrière pied droit, écart pied droit, écart pied gauche (12 :00)
- 5-6-7 Croiser pied droit devant pied gauche, reculer pied gauche, écart pied droit
- 8&1 Avancer pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche, avancer pied gauche

SECT 5 : RIGHT ROCK FORWARD, ½ SHUFFLE RIGHT, ¼ RIGHT STEPPING LEFT SIDE, RIGHT KICK, RIGHT OUT, LEFT OUT, BALL CROSS LEFT

- 2-3 Avancer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
- 4&5 En pivotant ½ tour à droite avancer pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, avancer pied droit (6 :00)
- 6-7 En pivotant ¼ de tour à droite écart pied gauche, petit coup de pied droit vers l'avant (9 :00)
- &8&1 Ecart pied droit, écart pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche, croiser pied gauche devant pied droit

SECT 6 : HOLD, RIGHT OUT, LEFT OUT, BALL CROSS LEFT, RIGHT CHASSE, LEFT SAILOR

2 Pause

&3&4 Ecart pied droit, écart pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche, croiser pied gauche devant pied droit

5&6 Ecart pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, écart pied droit

7&8 Croiser pied gauche derrière pied droit, écart pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche

Restart : au 2^{ème} mur (changer 7&8 : ¼ turn left Sailor Step)

SECT 7 : RIGHT CROSS SHUFFLE, BACK SHUFFLE ¼ RIGHT, ½ SHUFFLE RIGHT, LEFT MAMBO

1&2 Croiser pied droit devant pied gauche, écart pied gauche, croiser pied droit devant pied gauche

3&4 En pivotant ¼ de tour à droite reculer pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche, reculer pied gauche (12 :00)

5&6 En pivotant ½ tour à droite avancer pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit, avancer pied droit (6 :00)

7&8 Avancer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit, assembler pied gauche à côté du pied droit

SECT 8 : WALK BACK RIGHT & LEFT, RIGHT BALL ROCK, LEFT BACK SHUFFLE, RIGHT OUT, LEFT OUT, RIGHT TOUCH

1-2& Reculer pied droit, reculer pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche

3-4 Avancer pied gauche (Rock), retour poids du corps sur pied droit

5&6 Reculer pied gauche, assembler pied droit à côté du pied gauche, reculer pied gauche

&7-8 Ecart pied droit, écart pied gauche, toucher pointe pied droit à côté du pied gauche

REPEAT

RESTART

Au 2^{ème} mur fin de la 6^{ème} section

Après avoir remplacé les derniers comptes 7&8 par :

7&8 En pivotant ¼ de tour à gauche croiser pied gauche derrière pied droit, écart pied droit, écart pied gauche