



# EVERYONE NEEDS A HERO

**CHOREGRAPHES :** Roy VERDONK, Grace DAVID, Jef CAMPS (janvier 2023)-

**MUSIQUE:** Holding Out For a Hero (Adam LAMBERT)

**TYPE DE DANSE :** Danse en Ligne, 2 murs – 64 temps – 3 tags

**NIVEAU :** Intermédiaire

**Introduction :** 16 temps

## **S 1: SCUFF, OUT-OUT, KNEE SWIVEL, KICK-BALL-CROSS, SIDE ROCK/RECOVER**

- 1&2 Brosser talon PD devant, poser PD à droite, poser PG à gauche  
3-4 Pivoter genou droit vers l'intérieur, pivoter genou droit vers l'extérieur (PDC sur PG)  
5&6 Coup de pied PD diagonale avant droite, poser ball PD à côté du PG, croiser PG devant PD  
7-8 Poser PD à droite, revenir en appui PG

## **S 2: CROSS, ¼ BACK, ½ LEG SWING, STEP FORWARD, ¼ PIVOT, CROSS SAMBA**

- 1-2 Croiser PD devant PG, ¼ de tour à droite en posant PG derrière **03 :00**  
3-4 Appui PG : Balancer PD dans les airs en faisant ½ tour à droite, poser PD devant **09 :00**  
5-6 Poser PG devant, ¼ de tour à droite (PDC sur PD) **12 :00**  
7&8 Croiser PG devant PD, poser PD à droite, poser PG à gauche (légèrement voyager vers l'avant)

## **S 3: ROCK FORWARD, ¼ TOE STRUT, ROCK FORWARD, FULL TURN BACK**

- 1-2 Poser PD devant, revenir en appui PG  
3-4 ¼ de tour à droite en posant pointe PD à droite, dérouler le reste du PD au sol **03 :00**  
5-6 Poser PG devant, revenir en appui PD  
7-8 ½ tour à gauche en posant PG devant, ½ tour à droite en posant PD derrière **03 :00**

## **S 4: COASTER STEP, WALK R-L, ¼ SLIDE, DRAG, 1/8 SAILOR STEP**

- 1&2 Poser ball PG derrière, poser ball PD à côté du PG, poser PG devant  
3-4 Poser PD devant, poser PG devant  
5-6 ¼ de tour à gauche en faisant grand pas PD à droite, glisser PG vers PD **12 :00**  
7&8 Croiser PG derrière PD, poser PD à droite, 1/8 de tour à gauche en posant PG devant **10 :30**

## **S 5: STEP FORWARD, ½ PIVOT, ½ SHUFFLE BACK, WALKS BACK, COASTER STEP**

- 1-2 Poser PD devant, ½ tour à gauche (PDC sur PG) **04 :30**  
3&4 ½ tour à gauche en posant PD derrière, poser PG à côté du PD, poser PD derrière **10 :30**  
5-6 Poser PG derrière, poser PD derrière (Option style : twist en posant les pieds derrière)  
7&8 Poser PG derrière, poser PD à côté du PG, poser PG devant

## **S 6: HEEL GRIND, 1/8 SIDE, BEHIND-SIDE-CROSS, SLIDE, DRAG, KICK-BALL-CROSS**

- 1-2 Poser talon PD devant en passant en appui dessus, pivoter 1/8 de tour à droite en posant PG à gauche **12 :00**  
3&4 Croiser PD derrière PG, poser PG à gauche, croiser PD devant PG  
5-6 Faire grand pas PG à gauche, glisser PD vers PG  
7&8 Coup de pied PD diagonale droite, poser ball PD à côté du PG, croiser PG devant PD

## **S 7: 2 X ¼ MONTEREY TURN**

- 1-2 Toucher pointe PD à droite, ¼ de tour à droite en rassemblant PD à côté du PG **03 :00**  
3-4 Toucher pointe PG à gauche, poser PG à côté du PD  
5-6 Toucher pointe PD à droite, ¼ de tour à droite en rassemblant PD à côté du PG **06 :00**  
7-8 Toucher pointe PG à gauche, poser PG à côté du PD

**S 8: DIAGONAL ROCK/RECOVER, BEHIND-SIDE-CROSS, DIAGONAL ROCK/RECOVER, COASTER STEP**

- 1-2 Poser PD diagonale droite, revenir en appui PG
- 3&4 Croiser PD derrière PG, poser PG à gauche, croiser PD devant PG
- 5-6 Poser PG diagonale gauche, revenir en appui PD
- 7&8 Poser PG derrière, poser PD à côté du PG, poser PG devant

**TAGS : APRES LE MUR 2 (8 COMPTES FACE A 12 :00), MUR 3 (SEULEMENT LES 4 PREMIERS COMPTES FACE A 06 :00) ET MUR 4 (SEULEMENT LES 4 PREMIERS COMPTES FACE A 12 :00)**

- 1-2 Poser PD devant, ½ tour à gauche (PDC sur PG)
- 3-4 Poser PD devant, ½ tour à gauche (PDC sur PG)
- 5-6 Poser PD diagonale avant droite, poser PG diagonale avant gauche
- 7-8 Poser PD derrière au centre, poser PG à côté du PD

**RECOMMENCER AU DEBUT AVEC LE SOURIRE**