

HEAVY HEART



Chorégraphes : Lee HAMILTON - Kilwinning, ÉCOSSE / ESPAGNE] Avril
Stephen & Lesley McKENNA - Glasgow - ÉCOSSE - U.K.] 2017

LINE Dance : 64 temps - 2 murs

Niveau : intermédiaire

Musique : **Frames - Lee DeWYSE - BPM 104**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 5 / 2017

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 32 temps

*RIGHT SHUFFLE FORWARD, LEFT FORWARD, ¼ RIGHT PIVOT TURN,
CROSS LEFT, ¼ LEFT STEPPING RIGHT BACK, LEFT COASTER STEP*

- | | |
|-----|--|
| 1&2 | <i>SHUFFLE D avant</i> : pas PD avant - pas PG à côté du PD - pas PD avant - 12 : 00 - |
| 3.4 | pas PG avant - 1/4 de tour PIVOT vers D (appui PD) - 3 : 00 - |
| 5.6 | CROSS PG devant PD - 1/4 de tour G pas PD arrière - 12 : 00 - |
| 7&8 | <i>COASTER STEP G</i> : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant - 12 : 00 - |

*RIGHT FORWARD, LEFT HITCH, LEFT COASTER STEP,
¼ LEFT STEPPING RIGHT SIDE, HOLD, BALL SIDE, LEFT TOUCH*

- | | |
|------|--|
| 1.2 | pas PD avant - HITCH genou G devant - 12 : 00 - |
| 3&4 | <i>COASTER STEP G</i> : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant - 12 : 00 - |
| 5.6 | 1/4 de tour G pas PD côté D - HOLD - 9 : 00 - |
| &7.8 | <i>SWITCH</i> : pas BALL PG à côté du PD - pas PD côté D - TAP PG à côté du PD - 9 : 00 - |

*¼ LEFT STEPPING LEFT FORWARD, ¼ LEFT STEPPING RIGHT SIDE, LEFT BEHIND, BALL CROSS,
RIGHT SIDE ROCK, TOGETHER, SWITCH TOES LEFT & RIGHT*

- | | |
|-----|--|
| 1.2 | 1/4 de tour G pas PG avant - 1/4 de tour G pas PD côté D - 3 : 00 - |
| 3&4 | <i>BEHIND-SIDE-CROSS G</i> : CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD - 3 : 00 - |
| 5.6 | ROCK STEP latéral D côté D, revenir sur PG côté G |
| &7 | <i>SWITCH</i> : pas PD à côté du PG - TOUCH pointe PG côté G - 3 : 00 - |
| &8 | <i>SWITCH</i> : pas PG à côté du PD - TOUCH pointe PD côté D - 3 : 00 - |

RIGHT SAILOR, ¼ SAILOR LEFT, RIGHT JAZZ BOX, LEFT SHUFFLE FORWARD

- | | |
|-------|---|
| 1&2 | <i>SAILOR STEP D</i> : CROSS BALL PD derrière PG - pas BALL PG côté G - pas PD côté D - 3 : 00 - |
| 3&4 | <i>SAILOR STEP G</i> : 1/4 de tour G ... CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - pas PG côté G - 12 : 00 - |
| 5.6.7 | <i>JAZZ BOX D</i> : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière - pas PD côté D - 12 : 00 - |
| 8&1 | <i>SHUFFLE G avant</i> : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant - 12 : 00 - |

suite page 2 . . / . . .

page 2 . . / . . .

RIGHT ROCK FORWARD, 1/2 SHUFFLE RIGHT,

% RIGHT STEPPING LEFT SIDE, RIGHT KICK, RIGHT OUT, LEFT OUT, BALL CROSS LEFT

2 3 *ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière - 12 : 00 -*

4&5 *SHUFFLE D, 1/2 tour D : 1/4 de tour D pas PD côté D - pas PG à côté du PD*
 1/4 de tour D pas PD avant - 6 : 00 -

6.7 *1/4 de tour D pas PG côté G - KICK PD avant - 9 : 00 -*

&8 *pas PD côté D " OUT " - pas PG parallèle au PD " OUT " (pieds APART)*

&1 *pas PD au centre " IN " - CROSS PG devant PD - 9 : 00 -*

HOLD, RIGHT OUT, LEFT OUT, BALL CROSS LEFT, RIGHT CHASSE, LEFT SAILOR

2 **HOLD** - 9 : 00 -

&3 *pas PD côté D " OUT " - pas PG parallèle au PD " OUT " (pieds APART) - 9 : 00 -*

&4 *pas PD au centre " IN " - CROSS PG devant PD - 9 : 00 -*

5&6 *SHUFFLE D latéral : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD côté D - 9 : 00 -*

7&8 *SAILOR STEP G : CROSS BALL PG derrière PD - pas BALL PD côté D - pas PG côté G - 9 : 00 -*

Step change on Wall 2 Section 6 - counts 7 & 8 become a Sailor 1/4 L back to 12 O'Clock

RIGHT CROSS SHUFFLE, BACK SHUFFLE ¼ RIGHT, 1/2 SHUFFLE RIGHT, LEFT MAMBO

1&2 *CROSS SHUFFLE D vers G : CROSS PD devant PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG - 9 : 00 -*

3&4 *1/4 de tour D ... SHUFFLE G arrière : pas PG arrière - pas PD à côté du PG - pas PG arrière - 12 : 00 -*

5&6 *1/4 de tour D ... pas Step R ¼ right, step L beside R - 1/4 de tour D pas PD avant - 6 : 00 -*

7&8 *ROCK MAMBO G avant : ROCK STEP G avant, revenir sur PD arrière - pas PG à côté du PD - 6 : 00 -*

WALK BACK RIGHT & LEFT, RIGHT BALL ROCK, LEFT BACK SHUFFLE, RIGHT OUT, LEFT OUT, RIGHT TOUCH

1.2 *2 pas arrière : pas PD arrière - pas PG arrière - 6 : 00 -*

&3.4 *SWITCH : pas PD à côté du PG - ROCK STEP G avant, revenir sur PD arrière - 6 : 00 -*

5&6 *SHUFFLE G arrière : pas PG arrière - pas PD à côté du PG - pas PG arrière - 6 : 00 -*

&7.8 *pas PD côté D " OUT " - pas PG parallèle au PD " OUT " (pieds APART) - TAP PD à côté du PG - 6 : 00 -*

