

HELLO POLKA



Chorégraphe : Kathy HUNYANI - Ocala , FLORIDE - USA / Mars 2006

Workshop avec Kathy HUNYADI - International Country Dance, 7 juillet 2006, Salon de Provence

LINE Dance : 32 temps - 4 murs

Niveau : débutant

Musique : **If you're going through hell - Rodney ATKINS - BPM 116**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 4 / 2010

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

Introduction : 8 + 32 temps

RIGHT SHUFFLE, LEFT SHUFFLE,

1/2 TURN LEFT, RIGHT SHUFFLE BACK, LEFT SAILOR TURNING 1/4 LEFT

1&2 TRIPLE STEP D avant : pas PD avant - pas PG à côté du PD - pas PD avant

3&4 TRIPLE STEP G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant

5&6 **1/2 tour G** TRIPLE STEP D arrière : pas PD arrière - pas PG à côté du PD - pas PD arrière

7&8 CROSS PG derrière PD - **1/4 de tour G** pas PD côté D - pas PG côté G

WALK, WALK, STEP, HEEL SWIVELS, WALK, WALK, ROCK & 1/4 TURN LEFT

1.2 2 pas avant : pas PD avant - pas PG avant

3&4 pas PD avant - SWIVEL des talons à D ↘ - revenir talons au centre ↓ (*appui PD*)

5.6 2 pas avant : pas PG avant - pas PD avant

7&8 ROCK STEP G avant , revenir sur PD arrière - **1/4 de tour G** pas PG côté G

CROSSING SHUFFLE, 1/4 TURN SHUFFLE, 1/4 TURN SHUFFLE, CROSS ROCK, 1/4 LEFT TURN

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

3&4 **1/4 de tour D** TRIPLE STEP G arrière : pas PG arrière - pas PD à côté du PGG - pas PG arrière

5&6 **1/4 de tour D** TRIPLE STEP D latéral : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD côté D

7&8 CROSS ROCK STEP G devant , revenir sur PD derrière - **1/4 de tour G** pas PG avant

HEEL SWITCHES, HOLD, CLAP TWICE, HEEL SWITCHES, HOLD, CLAP TWICE, QUICK STEP BACK

1 TOUCH talon D avant

&2 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G avant

&3&4 SWITCH : pas PG à côté du PD - TOUCH talon D avant - **CLAP** - **CLAP**

&5 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G avant

&6 SWITCH : pas PG à côté du PD - TOUCH talon D avant

&7&8 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G avant - **CLAP** - **CLAP**

& pas PG légèrement arrière

Helluva Polka

Choreographed by **Kathy HUNYADI**

Description : 32 count, 4 wall, beginner polka line dance

Music : **If You're Going Through Hell by Rodney Atkins**[116 bpm / CD: If You're Going Through Hell

Start dancing on lyrics

RIGHT SHUFFLE, LEFT SHUFFLE, TURN ½ LEFT, RIGHT SHUFFLE BACK, LEFT SAILOR TURNING ¼ LEFT

1&2 Chassé forward right, left, right

3&4 Chassé forward left, right, left

5&6 Turn ½ left and shuffle back right, left, right

7&8 Cross left behind right, turn ¼ left and step right to side, step left to side

WALK, WALK, STEP, HEEL SWIVELS, WALK, WALK, ROCK & TURN ¼ LEFT

1-2 Step right forward, step left forward

3&4 Step right forward, swivel heels to right, center (weight to right)

5-6 Step left forward, step right forward

7&8 Rock left forward, recover to right, turn ¼ left and step left to side

CROSSING SHUFFLE, TURN ¼ SHUFFLE, TURN ¼ SHUFFLE, CROSS ROCK, ¼ LEFT TURN

1&2 Crossing chassé right, left, right

3&4 Turn ¼ right and step left back, step right together, step left slightly back

5&6 Turn ¼ right and step right to side, step left together, step right slightly to side

7&8 Rock left forward and across, recover to right, turn ¼ left and step left forward

HEEL SWITCHES, HOLD, CLAP TWICE, HEEL SWITCHES, HOLD, CLAP TWICE, QUICK STEP BACK

1&2& Touch right heel forward, step right together, touch left heel forward, step left together

3&4 Touch right heel forward, clap, clap

&5&6& Step right together, touch left heel forward, step left together, touch right heel forward, step right together

7&8& Touch left heel forward, clap, clap, step left back

REPEAT

<http://www.kickit.to/>