

# HELLUVA POLKA

Musique : « If You're Going Through Hell » – Rodney Atkins

Type : Danse en Ligne, 4 murs, 32 temps

Difficulté : Débutant

Chorégraphe : Kathy Hunyado

<http://www.martegal-country.13.fr>

Démarrage : Sur les paroles

La polka est une danse très vive. Placer le poids du corps sur l'avant des pieds pour les pas chassés et les swivels

## 1-8 RIGHT SHUFFLE, LEFT SHUFFLE, ½ TURN LEFT, RIGHT SHUFFLE BACK, LEFT SAILOR TURNING ¼ LEFT

Chassé Droit, Chassé Gauche, ½ tour G, Chassé Droit en arrière, Sailor step PG avec ¼ tour G

1&2 PD avance PG rejoint PD PD avance

3&4 PG avance PD rejoint PD PG avance

5&6 PD recule avec ½ tour G PG pose près du PD PG pose sur place

7&8 PG pose derrière PD avec ¼ tour G PD pose à D PG pose sur place

## 9-16 WALK, WALK, STEP, HEEL SWIVELS, WALK, WALK, ROCK & ¼ TURN LEFT

Avancer, Avancer, Poser, Swivel talons, Avancer, Avancer, Rock & ¼ tour G

9-10 PD avance PG avance

11&12 PD pose devant PD-PG talons vers la D PD-PG talons au centre (PdC sur PD)

13-14 PG avance PD avance

15&16 PG pose devant PD reprend PdC PG pose à G avec ¼ tour G

## 17-24 CROSSING SHUFFLE, ¼ TURN SHUFFLE, ¼ TURN SHUFFLE, CROSS ROCK, ¼ LEFT TURN

Chassé croisé, Chassé ¼ tour, Chassé ¼ tour, Rock step croisé, ¼ tour G

17&18 PD pose croisé devant PG PG pose à G PD pose croisé devant PG

19&20 PG recule avec ¼ tour D PD pose près du PG PG recule légèrement

21&22 PD pose à D avec ¼ tour D PG pose près du PD PD pose à D (petit pas)

23&24 PG pose croisé devant PD PD reprend PdC sur place PG avance avec ¼ tour G

## 25-32 HEEL SWITCHES, HOLD, CLAP TWICE, HEEL SWITCHES, HOLD, CLAP TWICE, QUICK STEP BACK

Talons syncopés, Rester, Taper 2x dans les mains, Talons syncopés, Rester, Taper 2x, Pas rapide en arrière

25& PD pose talon devant PD revient près du PG

26& PG pose talon devant PG revient près du PD

27&28 PD pose talon devant Rester –Taper dans les mains –Taper dans les mains

&29 PD revient près du PG PG pose talon devant

&30 PG revient près du PD PD pose talon devant

&31 PD revient près du PG PG pose talon devant

&32 Rester –Taper dans les mains –Taper dans les mains

& PG revient près du PD

RECOMMENCEZ AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE !!!