

# HEAVY HEART



Chorégraphes : Lee HAMILTON - Kilwinning , ÉCOSSE / ESPAGNE ] Avril  
Stephen & Lesley McKENNA - Glasgow - ÉCOSSE - U. K. ] 2017  
LINE Dance : 64 temps - 2 murs  
Niveau : intermediaire  
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, 1/4 RIGHT PIVOT TURN,  
CROSS LEFT, 1/4 LEFT STEPPING RIGHT BACK, LEFT COASTER STEP*

- 1&2 *SHUFFLE D avant* : 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 *COASTER STEP G* : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant - **12 : 00** -

*RIGHT FORWARD, LEFT HITCH, LEFT COASTER STEP,  
1/4 LEFT STEPPING RIGHT SIDE, HOLD, BALL SIDE, LEFT TOUCH*

- 1.2 pas PD avant - HITCH genou G devant - **12 : 00** -  
3&4 *COASTER STEP G* : 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 *SWITCH* : pas BALL PG à côté du PD - pas PD côté D - TAP PG à côté du PD - **9 : 00** -

*1/4 LEFT STEPPING LEFT FORWARD, 1/4 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 *BEHIND-SIDE-CROSS G* : 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 *SWITCH* : pas PD à côté du PG - TOUCH pointe PG côté G - **3 : 00** -  
&8 *SWITCH* : pas PG à côté du PD - TOUCH pointe PD côté D - **3 : 00** -

*RIGHT SAILOR, 1/4 SAILOR LEFT, RIGHT JAZZ BOX, LEFT SHUFFLE FORWARD*

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

#### *¼ 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** -

