



Choreographie: Roy Verdonk, Grace David & Jef Camps >>vom: 01/23
Beschreibung: 64 Count, 2 Wall, Easy Intermediate Line Dance (3 x Tag, No Restart)
Musik: Holding Out for a Hero - Adam Lambert
Intro: 16 Counts

Section 1: Scuff, Out-Out, Knee Swivel, Kick-Ball-Cross, Side Rock/Recover

- 1 + 2 RF starker Bodenstreifer nach vorne, RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach links
- 3, 4 Rechtes Knie nach innen beugen und nach außen beugen (Gewicht LF)
- 5 + 6 RF nach schräg rechts vorne kicken, RF (Fußballen) neben LF absetzen, LF vor dem RF kreuzen
- 7, 8 RF Schritt nach rechts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF

Section 2: Cross, ¼ Back, ½ Leg Swing, Step Forward, ¼ Pivot, Cross Samba

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen und ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück
- 3, 4 ½ Rechtsdrehung, dabei RF außen herumschwingen und RF Schritt vorwärts
- 5, 6 LF Schritt vorwärts und ¼ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht RF)
- 7 + 8 LF vor dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach links (leicht vorwärts)

Section 3: Rock Forward/Recover, ¼ Toe Strut, Rock Forward/Recover, Full Turn Back

- 1, 2 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 ¼ Rechtsdrehung & rechte Fußspitze rechts aufsetzen und rechte Ferse absetzen
- 5, 6 LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 7, 8 ½ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück

Section 4: Coaster Step, Walk R-L, ¼ Slide, Drag, 1/8 Sailor Step

- 1 + 2 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
- 3, 4 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts
- 5, 6 ¼ Linksdrehung & RF großen Schritt nach rechts und LF zum RF heranziehen (nicht absetzen)
- 7 + 8 LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, 1/8 Linksdrehung & LF Schritt vorwärts 10:30

Section 5: Step Forward, ½ Pivot, ½ Shuffle Back, Walks Back, Coaster Step

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 3 + 4 ½ Linksdrehung & RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt zurück
- 5, 6 LF Schritt zurück und RF Schritt zurück (Optional: Fersen jeweils nach innen und außen drehen)
- 7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Section 6: Heel Grind, 1/8 Side, Behind-Side-Cross, Slide, Drag, Kick-Ball-Cross

- 1 Rechte Ferse vorne aufsetzen (Fußspitze nach links)
- 2 Auf der rechten Ferse 1/8 Rechtsdrehung (Fußspitze nach rechts drehen) & LF Schritt nach links
- 3 + 4 RF hinter dem LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF vor dem LF kreuzen
- 5, 6 LF großen Schritt nach links und RF zum LF heranziehen (nicht absetzen)
- 7 + 8 RF nach schräg rechts vorne kicken, RF (Fußballen) neben LF absetzen, LF vor dem RF kreuzen

Section 7: 2 x ¼ Monterey Turn

- 1, 2 Rechte Fußspitze rechts auftippen und ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF zum LF heransetzen
- 3, 4 Linke Fußspitze links auftippen und LF neben RF absetzen
- 5, 6 Rechte Fußspitze rechts auftippen und ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF zum LF heransetzen
- 7, 8 Linke Fußspitze links auftippen und LF neben RF absetzen

Section 8: Diagonal Rock/Recover, Behind-Side-Cross, Diagonal Rock/Recover, Coaster Step

- 1, 2 RF Schritt schräg rechts vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF hinter dem LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF vor dem LF kreuzen
- 5, 6 LF Schritt schräg links vorwärts (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Tanz beginnt wieder von vorne

Tags: After wall 2 (8c - 12:00), wall 3 (nur ersten 4c - 6:00) and wall 4 (nur ersten 4c- 12:00)

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 3, 4 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 5, 6 RF Schritt schräg rechts vorwärts und LF Schritt schräg links vorwärts
- 7, 8 RF Schritt zurück zur Mitte und LF neben RF absetzen