

# HOLE DOWN IN MY HEART



**MUSIQUE:** Hole down in my heart by Sam Outlaw – 90 BPM.

**CHOREGRAPHE:** Séverine Fillion-Roy Verdonk-Rob Fowler.

**TYPE :** Line Danse, 4 murs, 2 restart.

**TEMPS :** 32.

**NIVEAU :** Débutant.

**INTRO :** 4x8 temps (départ sur les paroles)

\*\*\*\*\*

## Heel strut right & left, side rock & cross, heel strut left & right, side rock & cross.

- 1&2& Poser talon PD devant, abaisser plante PD au sol, poser talon PG devant, abaisser plante PG au sol.  
3&4 PD pas rock à droite, revenir sur le PG, PD pas croisé devant PG (**rock step cross**).  
5&6& Poser talon PG devant, abaisser plante PG au sol, poser talon PD devant, abaisser plante PD au sol.  
7&8 PG pas rock à gauche, revenir sur le PD, PG pas croisé devant PD (**rock step cross**).

## Mambo fwd ½ turn, hitch, ½ turn, hitch, back, hitch, coaster step, scuff, step lock step fwd.

- 1&2& PD pas rock devant, revenir sur le PG, faire ½ tour à droite avec PD devant, hitch genou gauche.  
3&4& Faire ½ tour à droite avec PG derrière, hitch genou droit, PD derrière, hitch genou gauche.  
5&6& PG pas derrière, PD pas à côté du PG, PG pas devant, scuff du PD (**coaster step**).  
7&8 PD pas devant, PG pas croisé derrière le PD (**lock**), PD pas devant.

## Step ¼ turn & cross, ½ rumba box, side touch, side touch, side stomp, hold.

- 1&2 PG pas devant, pivoter ¼ de tour à droite avec PdC sur le PD, PG pas croisé devant le PD.  
3&4 PD pas à droite, PG pas à côté du PD, PD pas devant (**rumba box**).  
5& PG pas à gauche, touché pointe du PD à côté du PG avec clap.  
6& PD pas à droite, touché pointe du PG à côté du PD avec clap.  
7&8 Stomp du PG à gauche, clap, clap.

## Cross rock & side (right & left), walk around 4 steps full turning left.

- 1&2 PD pas rock croisé devant le PG, revenir sur le PG, PD pas à droite (**cross rock**).  
3&4 PG pas rock croisé devant le PD, revenir sur le PD, PG pas à gauche (**cross rock**).  
**Ici restart:** au 2ème mur face à 6h00 et 5ème mur face à 3h00, recommencer la danse au début.  
5 – 6 Faire ¼ tour à gauche avec PD devant, Faire ¼ tour à gauche avec PG devant,  
5 – 6 Faire ¼ tour à gauche avec PD devant, Faire ¼ tour à gauche avec PG devant,

**FINAL:** Faire ½ tour à gauche sur les 4 derniers comptes pour finir la danse à 12h.

**REPRENDRE AU DEBUT, SANS PERDRE LE SOURIRE!**

LES BUFFALO DANCERS 70

[Sitting-bull70@hotmail.fr](mailto:Sitting-bull70@hotmail.fr)