

# 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 // **LILT**

Niveau : débutant

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

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 3 / 2009

## 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 , avec **1/4 de tour G** - pas PD côté D - pas PG à côté du PD

*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 D arrière : pas PD arrière - pas PG à côté du PD - pas PD 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** [ Twostep/WCS/Cha/Quickstep ]

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

1&2 Shuffle forward right, left, right

3&4 Shuffle forward left, right, left

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

7&8 Step left behind right and at same time turn ¼ left, step right to side, step left in place

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

1-2 Step forward right, step forward left

3&4 Step right forward, swivel both heels to right & back to center (weight ends on right)

5-6 Step forward left, step forward right

7&8 Rock forward on left, recover weight to right, turn ¼ left stepping left to side

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

1&2 Cross right foot over left, step slightly left on left, cross right foot over left

3&4 Turn ¼ right while stepping back on left, step right beside left, step left slightly back

5&6 Turn ¼ right while stepping right to side, step left beside right, step right slightly to side

7&8 Rock left forward and across right, recover weight to right, turn ¼ left stepping forward on left

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

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

3&4 Touch right heel forward, hold, clap hands twice

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

7&8& Touch left heel forward, hold, clap hands twice, quickly step left back

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