

Help Me Make It



32 Counts, 2 Walls, Improver

Choreographie:

Ira Weisburd

05/2011

Musik:

Intro: 8 Counts.
Beginne auf das Wort "Hair"

Help Me Make It Through The Night by Die Campbells
Help Me Make It Through The Night by Rian Ungerer
Help Me Make It Through The Night by Blackhawks
Help Me Make It Through The Night by Kris Kristofferson

SAMBA RIGHT, SAMBA LEFT, CROSS-ROCK, SHUFFLE ½ TURN R

- 1 + 2 RF vor dem LF kreuzen, LF Schritt nach links und Gewicht zurück auf RF
- 3 + 4 LF vor dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts und Gewicht zurück auf LF
- 5, 6 RF vor dem LF kreuzen und Gewicht zurück auf LF
- 7 + 8 ¼ R-Drehung & RF Schritt nach R, LF neben RF absetzen, ¼ R-Drehung & RF Schritt nach vorn

SAMBA RIGHT, SAMBA LEFT, CROSS-ROCK, ¼ TURN LEFT CHASSE

- 1 + 2 LF vor dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF vor dem LF kreuzen, LF Schritt nach links und Gewicht zurück auf RF
- 5, 6 LF vor dem RF kreuzen und Gewicht zurück auf RF
- 7 + 8 ¼ Linksdrehung & LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links

SAMBA RIGHT, SAMBA LEFT, ROCK-STEP, COASTER-STEP

- 1 + 2 RF vor dem LF kreuzen, LF Schritt nach links und Gewicht zurück auf RF
- 3 + 4 LF vor dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts und Gewicht zurück auf LF
- 5, 6 RF Schritt vorwärts und Gewicht zurück auf LF
- 7 + 8 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts

DIAMOND SHAPE FALL AWAY (¾ TURN L), Side-Rock with Hips RL

- 1 1/8 Linksdrehung & LF Schritt diagonal nach vorn (1.30),
- + 2 ¼ L-Drehung (10.30) & RF Schritt nach rechts, LF Schritt diagonal zurück (10.30)
- 3 RF Schritt diagonal zurück (10.30)
- + 4 ¼ L-Drehung (7.30) & LF Schritt nach links, RF Schritt diagonal nach vorn (7.30)
- 5 LF Schritt diagonal nach vorn (7.30)
- + 6 1/8 L-Drehung & RF Schritt nach rechts (6.00), LF Schritt nach links (6.00)
- 7, 8 RF Schritt nach rechts & Hüften nach rechts schwingen, nach links schwingen

Tanz beginnt von vorne